

R. ŞANAL

Kuantum Düşünce Tekniği

Yeni Bir Gerçeklik Yaratmanın Olağanüstü Simyası



7. Baskı

R. ŞANAL

Kuantum Düşünce Tekniği

Yeni Bir Gerçeklik Yaratmanın Olağanüstü Simyası



7. Baskı

R. ŞANAL

**KUANTUM
DÜŞÜNCE TEKNİĞİ**

6. BASKI
KUANTUM DÜŞÜNCE TEKİNİĞİ
R. ŞANAL

Tüm Hakları © Ladybird Production 2010
Yayınevi'nin izni olmadan,
kısmen veya tamamen hiçbir yolla kopya edilemez,
çoğaltılamaz, yayınlanamaz ve dağıtılamaz.

Yayın Koordinatörü: Işık Elçi
Teknik Editör: Emre Çetinkaya
Dizgi Operatörü: Tuğba Kazdal

Baskı: İdil Ofset
Davutpaşa Cad. No: 123
Topkapı / İstanbul

6. Baskı Mart 2010 İstanbul
ISBN: 975-7582-89-1

LADYBIRDS PRODUCTION
Sevimli Sokak No:9 Büyükdere - Sarıyer / İstanbul
Tel: (0212) 242 36 39 Faks: (0212) 271 44 64
www.ladybirds.com.tr

TEŞEKKÜR

Başta anneme, gece-gündüz çalışıp didinerek, iğnenin ucuyla bizleri okuttuğu ve yetiştirdiği için. Sonra babama, doğallığı ve temizliği için. Arkadaşım Aydın Arıtan'a, bu kitabı yazmam konusundaki teşviki, metnin daha anlamlı oluşundaki vazgeçilmez katkıları ve genç yaşlarımızda Ataköy'deki o harika felsefe yürüyüşleri için. Kendimi tanımamı sağlayan ve yaşam serüvenini benimle paylaşan bütün insanlara.

Ve benim manevî öğretmenlerim: Mevlâna, Erich Fromm, Ramtha, Moreno, Chopra, Yunus, Grof, Shakespeare, Reich, Jung, Maslow, Capra, Shakti Gawin, Sorokin, Halil Cibran, Bergson, Spinoza, B. Ruhselman ve B. Dost'a.

2. Baskı'ya girerken bana ruh eşim sevgili Işık'ı bulmamı sağlayan ve onunla birlikte tüm Türkiye'de hatta Avrupa'da seminerler verme hayalimi gerçekleştiren Kuantum Alanı'na ve onun yaratıcısı olan Tanrı'ya şükranlarımla...

Başlangıçta yalnızdım. Şimdi yanımda sevgili eşim, tatlı, neşe kaynağı kızım Ala Su, oğullarım Eren ve Volkan. Sadece bu kadar mı? Hayatlarına dokunduğum, hatırlamalarına aracı olduğum, yüzlerce yol arkadaşım var. Herkese teşekkürler...

Bu kitabın 15 baskısını yayına hazırlayan değerli yayıncım Ladybirds'e teşekkürler...

Dokunduğu yere neşe ve anlayış getiren Laden'e, bize kattığı her şey için teşekkür...

Kuantum ailesindeki tüm çalışanlara...

SUNUŞ

Kuantum Düşünce Tekniği'nin ilk baskısından bu yana tam altı yıl geçti. O zaman bir kaç kehanette bulunmuştum. Birincisi bu kitabın giderek artan bir ivmeyle sürekli satacağını söylemiştir yayıncıma, ikincisi Kuantum Tekniğinin herkesçe bilinen ve benimsenen bir model olacağını biliyordum. İkisi de gerçekleşti. Şu anda gerçekten de tamamen bize özel, etkili ve sonuç veren KDT teknikleri uyguluyoruz.

Diğer bir kehanetim de bunun uluslararası bir düzeyde kabul gören bir metot olacağıydı. Gerçekten de bu kitabın yeni baskısının piyasaya çıkacağı aynı günlerde uluslar arası düzeyde otorite kabul edilen kişilerle aynı sahneyi paylaşacağım.

Nereden nereye ?!

Sadece tutuku ve inançla hedefe odaklanarak alınan sonuçlar bunlar. Kitabı yazarken yaşadım hayatla şimdi arasında dağlar kadar far var şüphesiz.

Bu arada binlerce insanın hayatında KDT'nin yarattığı olağanüstü değişimler ve bunu görmek benim en büyük ödülüm.

Aynı zamanda her bir değişim öyküsü bana her seferinde şu gerçeği gösterdi ; düşünceler yaratıcı güce sahiptir.

Sadece inançlarımızı, kabullenişlerimizi, beklentilerimizi derin düzeyde değiştirerek hayatımızda mucizevi sonuçlar elde ederiz.

Bu gerçek, artık güneşin varlığı, sıcaklığı kadar gerçek ve tartışmasız.

Bu kez bu yeni baskıda tüm pozitif düşünceye ve odaklanmanın gücüne inananları bir başka hayale davet ediyorum.

Güçsüzlüğe, mazeretler bulmaya, kurban psikolojisine prim vermeden ilerleyelim.

Kendi hayatımızın efendisi olduğumuz gerçeğine sadık kalarak, Tanrının kendi kutsal kitabında söylediği gibi yeryüzünde O'nun halifesi olduğumuzu hatırlayalım ve ona göre yaşayalım.

Türk olduğumuz için, bu topraklarda yaşadığımız için, sahip olduğumuz değerli geçmiş için gurur duyalım.

Başımız dik, ileri bakalım. Umutla ve güvenle.

Rüzgarlar karşısında yalvarıp yakarmayalım.

Ben bir seminere başlarken hep şöyle söylerim ;

Kabul ediyor musunuz? “Hayata evet!” demeyi. Gerçekten bunu istiyorsanız bunu yaratabilirsiniz, emin olun.

O halde, HAYATA EVET!

Mutluluğa, huzura, bolluğa, berekete, aşka ve sevgiye EVET!

İstanbul, 2008

ÖNSÖZ

Bütün eski değerlerin yıkıldığı ve yerine henüz yenilerinin konmadığı bu değişim çağında, insanın kendi güçlerinin farkına vardığı bir şafak vaktinde olduğumuzu belli belirsiz hissediyoruz.

Temelde, insanın dünyayı algılayış biçiminin kökten değişmekte olduğu bir dönem bu.

Kimileri buna “Yeni Çağ” diyor, kimileri bir “Kaos Dönemi”. “Yeni Dünya Düzeni” kavramı ile dayatmacı bir yönlendirme ve eski düzenin yeniden yutturulması çabaları da sürmüyor değil.

Oysa dünya geri döndürülemez bir biçimde kökten değişiyor. Bütün bir uygarlık, artık kendine bir çeki düzen vermek zorunda. İnsanlık öyle bir noktaya geldi ki: Ya yaklaşımını değiştirecek ya da giderek büyüyen bir belirsizlik ve şiddet dalgasıyla çözülüp dağılacak. İnsanlığın dünyaya bakış biçimi zorlu bir sınavdan geçiyor. Doğa artık hep bildiğimiz düzeninden uzaklaşmış durumda. Olması gerekenler olmuyor, olmaması gerekenler oluyor.

Yağmur ormanlarının tahrip olması, hayvan türlerinin yok oluşu, asit yağmuru, sera etkisi ve toprak erozyonu ile doğa alarm veriyor.

Sanki “Kızılderili Şefin Kehaneti” gerçekleşiyor.

Dünya, üzerinde yaşanabilir olma niteliğini yitiriyor.

Sonu gelmeyen çatışmalar, toplumlar arasında yüzyıllardır devam eden kin ve çözümsüzlüğün artarak sürmesi, insanın yalnızlığı, soyutlanmışlığı ve umarsamazlığı, derinleşen ekonomik kriz, işsizlik, istikrarsızlık, fuhuş, uyuşturucu ve silâhlanma.

Bütün bunlar bir şeylerin yanlış gittiğinin açık bir göstergesi. Bir şeylere yanlış bir noktadan baktığımızın sinyalleri.

Aslında yapılması gereken kendini belli ediyor, bu sorunlara neden olan yaklaşımların değişmesi gerekiyor.

Ama birçok insan bunu kabul etmek istemiyor, direniyor. Özellikle gücü ellerinde tutanlar. Doğanın ve hayatın bu kendini var kılma refleksine kulaklarını tıkıyorlar.

Uygarlığımız karanlık bir kuşakta.

Diğer yandan derinlerden gelen bir dalga, bu karanlığı hafiften yarmaya başladı bile.

Bu, bambaşka bir yaklaşımın ışığı, ekolojik, bütüncü ve insancıl yaklaşımın.

Dünyayı ve üzerinde yaşayan bütün türleri kardeş gibi gören bir görüş.

İnsanın kaderinin bütün insanlıkla ve doğayla bütünleştiği bir anlayış.

Çıkarlarımızın ortak olduğunu farkedene bir bilgelik.

İnsanı ideolojinin, köhnemiş değerlerin karanlığından kurtarmayı hedefleyen bir arayış eğilimi.

Bütün isimlerin ve etiketlerin ötesinde insana uygun gerçeklerin arayışı.

Etik değerlerin, maddî kalkınmayla paralel sürmesi gerektiğine dair farkındalıklar yükseliyor bu parlayan ışığın içinden.

Çünkü başka türlü olacak gibi gözüküyor.

Kuantum Düşünce Tekniği de bu Yeni Çağ'da fiziğin yeni tanımlarından

yararlanıyor. İnsana ve evrene dair yeni bilgilerden.

İnsanın kendi kaderinin efendisi olduğu gerçeği yükseliyor bütün ihtişamıyla. Düşüncenin olağanüstü gücü, bununla ilgili arayışların artmasına yol açıyor. İnsanın olağanüstü potansiyellerini keşfettikçe geleceğe dair umutlarımız da artıyor.

'Kişisel Gelişim' kavramı, sanki 'Yeni Çağın Dini' gibi.

İnsanlar kendilerini yeniden, farklı bir gözle tanımak ve yaklaşan değişim dalgasına uyum göstermek arzusundalar.

Kuantum Düşünce Tekniği de, benzer bütün çalışmalar gibi, yeni dönemde insanın ihtiyacı olan desteği ona verebilmek üzere ortaya konulan çalışmalardan biridir.

İnsanın beyninden kendisini engelleyen düşünce molozları temizlendiğinde, büyük bir hızla değişmekte ve olağanüstü yaratıcı bir atılımla ileriye doğru hamle etmektedir.

Bütün bu yeni arayışlar, mutluluğun, başarının, hazzın insanın doğal hakları olduğu gerçeğinden hareket eder.

Sezgisel, mistik, bütüncül bir görüş insanlığın şafağında hızla yükseliyor.

Bu yükselen Yeni Çağ'da Türkiye; sahip olduğu, kültürel ve tarihî birikimleriyle öncü olmaya aday bir ülke konumunda.

Şu anda her ne kadar bunun tam tersi bir görüntü sergilese bile, gelecek uygarlığın bütün altyapılarına Türkiye zaten sahip gözüküyor.

Laik bir ülke olması, demokrasi ile yönetilmesi, hem Doğu, hem de Batı kültürünü bütünleştirebilecek bir zemine sahip olması Türkiye'nin şansını artırıyor.

Girişimci insan birikiminin çokluğu, bu ülke için büyük bir şans. Atatürk gibi bir dehanın biçimlendirdiği bu ülkede, gelecek mistik, bütüncül, etik, bilimsel kalıpların hepsi için büyük umutlar besleyecek nedenler var.

Atatürk'ün: "Türk Milleti atînin (geleceğin) ufkunda yeni bir yıldız gibi doğacaktır" sözünün, kehanetten öte bir saptama olduğunu düşünüyorum.

Nitekim Atatürk ilâve ediyor: "Şimdiye kadar tespitlerimde herhangi bir isabetsizliğe uğramadım. Bu sözlerin gerçekleştiği gün, milletimden ricam: BENİ HATIRLAYINIZ".

Onu, bu öngörüsü gerçekleştiği için hatırlayacağımız gün gerçekten gelecektir.

Haziran 2002

KİŞİSEL BİR KRİZ

FIRSATA DÖNÜŞÜNCE

1996 baharıydı. Tam bir bunalımın ortasıydım. Eşimden ayrılmıştım, işsizdim, parasızdım ve hepsinden önemlisi kendimi başarısız, çaresiz ve yalnız hissediyordum. Ağlama nöbetleri geçiriyordum. Kaderime küsmüştüm, Tanrıyı suçluyordum. Bütün bunları hakketmek için ne yapmıştım? O benden ne istiyordu? Niye bazı insanların hayatı bu kadar kolay ve rahat sürerken, ben herşey için büyük mücadeleler veriyordum? NEDEN?

Oysa ben kendime çok emek vermiştim. Belki de bu soruyu sorması gereken en son insan ben

olmalıydım. Yirmi yılımı felsefe, din, psikoloji, spritüalizm konularında araştırma ve çalışmalarla geçirmiştim. Bununla da kalmıyor, bu konuda dergilerde yazılar yazıyor, konuşmalar yapıyordum. Ben, birçok insanın hayatı için bir tür aydınlatma görevi görürken, kendim birdenbire karanlıkta çaresiz kalakalmıştım.

Çok değil, bir yıl sonra bu krizin hayatımın en büyük fırsatı olduğunu gördüm. Daha da fazlası, bu alacakaranlık kuşağına bizzat BEN, içsel olarak kendimi sokmuştum. Şimdilerde sıkça: “Acaba biraz daha sıkıntı çeksem, anlayışım, sezgilerim, gücüm daha çok mu artardı?” diye soruştururken yakalıyorum kendimi.

O dönemde o kadar çok ağlayıp sızlandım, dövünüp ah ettim ki, sesim kısıldı. Bıktım sonunda kendimden. Evet gerçekten de kendimden sıkıldım! Daha doğrusu içimdeki çocuğu farkettim. Sonra bir gün o ağlayıp şikayet eden mızımız çocuğun “Ben” olmadığını hissettim. Ben, bütün bunların dışında birşeydim. O günlerde – her nasılsa tam da o günlerde - elime geçen “Sen O’sun” adlı kitapta Hintli bir Bilge bu ayrımı açıklıyordu: “Siz, dünyasal kimliğinizin ötesine geçin. Olmadığınız şeylerle ifadelendirmeyi bırakın kendinizi. Olduğunuz şeyi bulmadıkça, huzura eremeyeceksiniz” diyordu. Sonunda şöyle bir karar verdim, neye malolursa olsun, ben bu kimliğimden sıyrılacaktım. Bunun için ne yapmam gerekiyorsa yapacaktım.

Bu karar, yılların sıkıntılarının ezici acısına verilmiş bir tepkiydi. Ve kesin bir karardı.

Sonra herşey çorap söküğü gibi çözülmeye başladı. Bir defter aldım ve oraya zihnimin röntgenini çıkarmaya başladım.

Bilinçaltımda beni engelleyen, sınırlayan, geriletan düşünce kalıplarını ve inanç programlarını bir bir bulup yazmaya koyuldum.

Ben mutlu, başarılı ve güçlü olmak istiyordum, ama çekirdek inançlarımın evrene gönderdiği mesajlar bunun tersiydi. Kuantum Alanı'na zihnimin gönderdiği derin düşüncelerdi önemli olan.

Bunları değiştirmeden, göstereceğim bütün çabalar boşa gidiyor, nereye gidersem gideyim, ne yaparsam yapayım, sonunda sanki belimden sıkıca bağlanmış bir lâstik, beni geri çekiyordu.

Bu biliş haline gelince, süratle bir temizleme ve arındırma işlemine başladım. Yirmi yılda öğrendiklerimi artık şimdi tam hedefe yönlendirebilirdim: Kendi Gönlüme!

Bu kesin karar, evrenin bir yerinde ilgili yerlere ulaşmış gibi hayatımda olayların hızı arttı. Hiç beklenmedik zamanda ve yerlerde ilginç rastlantılar gerçekleşti. Sanki arkamdan beni birileri itmeye başlamıştı.

Evet; melekler harekete geçmişti!..

Bir yandan hiç olmadık aksilikler, zorluklar peşpeşe üzerime geliyordu, bir yandan da mucizevî güzel rastlantılar.

Beş yıllık dönemin sonuna doğru; bir büyük iş kaybı, bir trafik kazası yaşadım. Altı yılda, altı kez taşınmak gibi bir deneyim geçirdim. Beraber iş yaptığım insanlar tarafından dolandırıldım. Belirsizliği hissettim iliklerime kadar. Ölümle burun buruna geldim, bağışlamayı ve bırakmayı öğrendim.

Sanki bütün birikmiş 'Karmik Program' üstüme boca edilmişti!

Şimdi fark ediyorum ki, aynı yıllarda bütün Türkiye benzer bir meydan okuma sürecine girmişti.

Birçok insan benim deneyimlerime benzer sınavlardan geçiyordu.

Böyle olmasa, seminerler sırasında birbirimizi bu kadar anlamaz, aynı dili konuşmazdık.

O zamana kadar kalbimin derinliklerinde saklı tuttuğum ve nasıl olsa gerçekleşmez diye bir kenara bıraktığım hayallerimi tek tek yazdım. Bunları Kuantum Düşünce Tekniği'ne göre sürekli kurguladım. Daha sonraki beş yıl için belirlediğim tüm büyük hedefler gerçekleşti. Hem de bunlar o dönem benim ancak rüyalarımda göreceğim ve gerçekleşmesi ancak bir mucizeyle mümkün olabilecek şeylerdi.

Ve sonra, bunlara benzer nice mucizeler benim hayatımın gerçeği haline geldiler!

Böylece sistem mükemmel işlemiş oluyordu! Önceki dönemlerde, kontrolümün dışında oluşmuş olan olumsuz inanç kalıpları hayatımın gerçeği olmuşlardı. Şimdi ise, kendi oluşturduğum bilinçli kurgulamalarla yeni

düşüncelerim birer birer gerçek oluyordu.

Evet, yasa buydu gerçekten: HERŞEY DÜŞÜNCEDEN DOĞAR!

Ve ben, kendini arıtma, kendini gerçekleştirme hedefime ulaşma yolunda çalışmaya devam ediyorum.

KUANTUM DÜŞÜNCE İLKELERİ

Bir çok kişi düşündüğünü sanır, oysa belki de en korktukları şey, gerçek anlamda düşünmeye başlamaktır.

Düşünmenin bir sanat ve öğrenilebilir bir iş olduğu gerçeği günümüz dünyasının öncü bireylerinin ve toplumlarının bilincinde oluşmaya başladı bile.

“Herşey düşünceden doğar” yasası, bizi doğal olaak Kuantum Düşünce Tekniği’nin diğer temel ilkelerinden de söz etmeye götürecektir. Bu ilkeler bir bakıma Kuantum Düşünce Tekniği’nin üzerine oturduğu zemindir.

1- İNSAN ÇOK KATLI VE ÇOK BOYUTLU BİR VARLIKTIR

İnsan bilinci, çok katlı ve çok boyutlu bir yapı gösterir.

Günlük bilincimizden derinlere inildiğinde, Bilinçaltı, Öz Bilinç, Ortak Bilinç ve bütün bu katmanların içinde yüzdüğü Evrensel Bilinç karşımıza çıkar.

Total İnsan, aynı anda bütün bu katmanların gücünü ifade eder.

Aynı anda hem eksiksiz, hem kusurlu, hem tek ve yalıtılmış, hem çok ve bütünleşmiş bir alanı içine alır.

Total İnsan bu gerçeği bilen, bunu yaşayan, hem de bütün bilinç katmanlarını yerinde ve birbirleriyle uyumlu olarak kullanan insandır.

2- İNSAN ÖZ OLARAK MÜKEMMEL VE TAMDIR

İnsan kapasite ve öz olarak tam ve mükemmeldir. Her türlü yapıcı ve yaratıcı nitelik, bu özün içinde saklı biçimde bulunur.

Özgürlük ve saygıya dayalı uygun koşullar yaratıldığında, öz kendini belli etmeye ve bütün ihtişamıyla açılmaya başlar.

Bu yüzden kişisel değişimin ve gelişimin temel şartı, bu gerçeğin farkedilmesidir.

Özün potansiyelini açmayı hedeflemeyen bir yaklaşım, başarısız olmaya mahkûmdur.

3- HERŞEY DÜŞÜNCEDEN DOĞAR

Düşünce, kainatın ana maddesidir. Her bir gerçeklik, “Boşluğun Ana Rahmini” şekillendiren bir düşünceden oluşur.

Bu sebeple insan, kendi hayatını, bilerek ya da bilmeyerek yaydığı

düşüncelerle şekillendirir.

Düşünce, çeşitli boyutlarda ifadesini bulur: Söz, İmge, Tavır ve Sembollerle. İnsanın en büyük gücü de bunlardır.

4- OLAYLAR «BAŞIMIZA GELEN» DEĞİL «YAPTIĞIMIZ» ŞEYLERDİR.

Bu açıdan bakıldığında, her olay bir mesaj niteliği taşır. Her mesaj da, bizi bize tanıtan bir enformasyon akışından başka bir şey değildir.

Olaylarla seçimlerimiz arasındaki ilişkiyi takip edebildiğimizde, her türlü sonucun, aslında bizim tarafımızdan yaratılmış bir seçime ve bir karara bağlı olduğunu görebiliriz.

5- YAŞAMIN ZEKÂSI, MÜKEMMEL FORMUMUZU ORTAYA ÇIKARMAYA SEVKEDİCİ BİR ENERJİ ÜRETİR

Herşey kendi mükemmelliğine ve tamlığına, yani en üstün modeline doğru yol alır.

Yaşamın zekâsı tümüyle bu «gelişim emrinin» her türlü araçla açılımına yönelmiş bir durumdadır ve bu çekim gücünün olağanüstü bir zekâsı vardır. Bu zekâ “Mükemmellik Yolculuğu” için gücünü ne zaman, hangi araçlarla ve hangi dozda uygulayacağını çok iyi bilir ve bunu en iyi şekilde düzenler.

Hiçbir varlık bu çekimin dışında olamaz.

İnsan özgür iradesiyle bu çekimi geciktirebilir, hızlandırıp yavaşlatabilir, ama durduramaz.

Kısaca: “Kendi İçsel Modeline” ulaşmak, insanın kaçınılmaz kaderidir.

6- EVREN, İNSAN İÇİN BİR YARATICILIK VE OYUN ALANIDIR

Kuantum dalgaları, insana istediği oyunu oynayabileceği mükemmel bir malzeme sunar.

Kurallar ve zorunluluklar alanından, özgürlük boyutuna geçtikçe, insan dünyanın bir oyun alanı olduğunu keşfeder.

Düşünme, yaratma, yaşama ve sonra yeniden bir üst boyutta düşünme ve yaratma sarmalına girer.

Bunun tersi ise, çıkmaz bir döngü içinde kendini tekrarlayıp durmaktır.

7- GELİŞİM, DAİRESEL BİR DÖNGÜ İZLER VE SONSUZDUR

Tek ve en mükemmel sonuca ilerleyen doğrusal bir çizgi sadece bir “hayal”dir.

Oysa hayat, döngüsel dönemler izler.

Mevsimlerin birbiri arkasından gelişi gibi; doğum, gelişme, olgunluk ve ölüm dönemleri birbirlerini izler. Sonra tekrar doğum ve ölüm. Ve tekrar, ve tekrar. Her ilerleme, buluş ve atılım, biri yıkılırken diğerine temel olan çabalardır.

Her eylem ve her iş, o anda, o kişi için yapılabilecek en iyisi olandır. Ama en mükemmeli değil.

8- ENGELLER VE KÖTÜ GİBİ GÖZÜKEN OLAYLAR BİZİM YÜKSELMEMİZ İÇİN BİRER FIRSATTIR

Engeller, bizim daha yukarılara çıkmamız için karşımıza çıkan basamaklardır aslında. Gücümüzü ortaya çıkarmamıza yol açarlar.

Her zorluk ve engel, çözüm için düşünmek ve çareler aramak zorunda bırakır bizi.

Bize kötülük yapanlar, kendi gönlümüzdeki kirleri temizleyen yardımcılardır. Bu görüş açısından baktığımızda, onlar bizim düşmanımız değil, dostumuz olurlar.

Kötülük, bize tutulmuş olan bir aynadır. Bize güçsüzlüğümüz ve eksik yanlarımızla ilgili resimler sunar.

9- EVREN, FARKLI BOYUTTA BİRÇOK VARLIĞIN AYNI ANDA GELİŞTİĞİ ORTAK BİR ETKİLEŞİM ALANIDIR

Biz, evrenler arası bir etkileşim alanının içindeyiz. Bir çok farklı boyuttaki varlık bizle birlikte kendi gelişim süreçlerini izliyorlar. Bizim Kuantum Alanı'nda yarattığımız oluşumlar, aynı anda birçok paralel evrende etki yaratıyor ve karşı tepkiler alıyoruz.

Bu nedenle, sanki bizim kontrolümüzün dışında gibi gözüken olaylarda da, böylesine bir etki-tepki süreci işlemektedir.

KENDİNİ ÇELMELEYEN ADAM

Kendi kendini çelmeleyen bir adamı görünce, ona kahkalarla güleriz. Oysa yaşam, zihinsel olarak kendini engelleyen insanların trajikomik öyküleriyle doludur.

İlk deneyimim şaşırtıcıydı. Ailecek görüştüğümüz bir çift vardı o sıralar. İkisi de bilgisayar programcısı idiler. Ama adam işsizdi ve günleri iş aramakla geçiyordu. Yeni çocukları olmuştu ve onun için ekstra harcamalar yapmaları gerekiyordu. Sohbetlerimizin uzunca bir bölümü bu konuya ayrılıyordu doğal olarak. O, iş görüşmelerinden, mülâkatlardan kızgınlıkla söz ediyordu ve çoğunlukla anlatışları şöyle noktalanıyordu: «Zaten bizim sektörde otuzbeş yaşını geçen birinin iş bulması imkânsızdır». Birdenbire onun nasıl kendi kendini çelmelediğini farkettim. Hem iş bulmak için çabalıyordu, hem de iş bulamayacağını açıkça ifade ediyordu. Bu yargısı önce kendi bilinçaltını, sonra da Kuantum Alanı'nı bu biçimde kodlamış oluyordu.

İşle ilgili bu yargısının değişmesi için yeni bir kurgulama yapması

gerekiyordu. Ancak o zaman istediği sonuca ulaşabilirdi.

Bir gün ona, bu konuda kendisine yardımcı olabileceğimi söyledim ve farklı bir düşünme ve konuşma yöntemi önerdim.

Bana güvenmişti. Bir yerde de başka çaresi kalmamıştı.

Onunla kısa bir çalışma yaptık. Bir kurgulama cümlesi düzenledik.

Olumlama cümlesi «bir hafta içinde» gibi bir süre de belirliyordu. Bir haftayı birkaç gün geçmişti ki, telefon açarak iş bulduğunu bildirdi sevinçle. Hatta artık şansının açılmış olduğunu düşünüyordu. Bir süpermarkete alışveriş için gittiklerinde bir hediye çeki kazanmışlardı. Ayrıca kendisine içi erzak dolu bir arabayı hediye etmişlerdi. Söylediğine göre ona verdiğim «dua» çok etkili olmuştu!

Artık şansının açıldığına inanıyordu.

Önce içimden güldüm bu sözü için. Daha sonra, Stanislav Grof'un bir kitabında gördüğüm dua ile ilgili bir açıklama, başta duyunca gülümsediğim bu benzetmenin doğru olabileceğini düşündürdü bana. Evet, dua da bir tür koşullamaydı ve Kuantum Düşünce Tekniği'nin önemli bir kısmı, doğru sözcüklerle yeni bir program oluşturma esasına dayanıyordu.

BİR GENÇ KIZIN TRAJİKOMİK MAÇO TAKINTISI

Nasıl bir ilişki istediğinizi çok net bir biçimde tarif edin.

Bir süre sonra o kişiyi karşınızda görünce, ismarladığınız kişinin o olduğunu unutmuş olabilirsiniz. Önemli değil, artık onunlasınız ya! Yeni bir istek ve yeni bir tarife kadar.

İki genç kız, seminerlerime katılmışlardı. Başlangıçta biraz kuşkulu bir ifadeyle dinliyorlardı beni. Sonra söz, anlatılan tekniği uygulayarak istediğimiz tarzda birini hayatımıza sokabileceğimiz konusuna gelince, kızlardan birinin gözleri parladı ve yerinden şöylece doğruldu: «Nasıl yani» dedi, «bu gerçekten mümkün mü?» Sonra hararetle anlatmaya başladı. Uzun süredir birlikte olduğu bir erkek arkadaşı vardı. Fakat ilişkileri limoniydi. Üç gün birlikteyseler, beş gün kavgalıydılar. Ayrılmayı denemişti ama, olmuyordu işte. «Ne seninle, ne sensiz» durumu anlayacağınız. Sorun, kızın sevgilisinin maço oluşuydu, fakat kadere bakın ki o, maçolardan hoşlanmıyordu!..

Bu trajikomik çelişki, birçok insanın ortak sorunudur aslında. İstemedikleri işi yapar, kendilerini mutsuz eden ilişkiler kurarlar. Sonra da ellerini iki yana açıp: «Ne yapayım kısmet işte» derler.

Bu durumu yaşanabilir kılmak için de, zorlukların ve engellerin gücünü

abartırlar.

Hani şu işçinin öyküsünde olduğu gibi. Adam her öğle yemeğinde yemek sepetini açıp, kızgınlıkla: «Yine kaşarlı sandviç» dermiş ya. Bu iş birkaç gün böyle sürüp gidince, arkadaşları dayanamayıp patlamışlar: «Yahu arkadaş! Madem kaşarı sevmiyorsun, karına söyle, neyli istiyorsan öyle hazırlasın sandviçini.» “Ben evli değilim ki!» demiş adam, «her sabah kendim hazırlıyorum yemeğimi.»

«Peki» dedim genç kıza «neden istediğin gibi birini seçmiyorsun?» Kız çaresiz ve şaşkın cevap verdi: «İyi de, nereden bulacağım öyle birini?» Bir ay sonra, çalıştığı işyerinde, hemen yan odada çalışan, duyarlı, nazik, üstelik uzun boylu biriyle - bir erkekte en önem verdiği ikinci nitelik, uzun boydu - çıkmaya başladı. Çünkü biz hemen o konuşmamızdan sonra, onunla birlikte olmaktan mutluluk duyacağı bir erkeğin niteliklerini netleştirip, bir Kuantum Çalışması yapmıştık.

Artık onun yeni paradigması: «Hayatın kendisine sunduklarıyla yetinmek» yerine «ne istediğine karar vererek» yaşamaktı.

O günden bu yana benzer birçok mucize yaşadım. Seminerlere katılan insanların her bir başarısı, benim inancımı pekiştirdi. Şimdi ben, böylesine mucizeler yaratmanın, aslında insanın doğal ve unutulmuş bir yeteneği olduğunu düşünüyorum.

Ve eğer bu güç ona tekrar hatırlatılırsa, her insanın aslında bir “Mucize Yapıcı” olduğuna yürekten inanıyorum.

DÜŞÜNCE, ATOMALTI DÜNYAYA ULAŞIRSA

Einstein, maddenin enerjinin yoğunlaşmış bir biçimi olduğunu bulduğundan beri, dünya hiçbir zaman eskisi gibi olmadı. Bu, büyük bir devrimdi. Ama, fizik bilimiyle kavramlar dünyası arasındaki yakın ilişkiyi keşfeden Kuantum Fiziği, olaya bambaşka bir boyut getirdi. Eğer görünen dünyanın arasından ortaya çıkan yeni manzarayı doğru biçimde algılaysak, evreni bizim düşüncelerimize yanıt veren bir tür Matrix düzeneği olarak ele almak mümkün olur.

Latince Kuantum sözcüğü “ne kadar?” anlamına gelen ve parçacığa benzer en küçük birimi tanımlayan bir kelimedir. Foton, ışığın kuantumudur. Çünkü onu daha ince parçacıklara ayıramazsınız. Bir elektron akımı, bir Tungsren atomuna çarpınca foton kendini gösterir. Elektrikteki hareket halinde elektronlar, Tungsren atomunun çevresinde dolaşan elektronlarla çarpışınca

bu çarpışmadan dışarıya bir foton (yani, bir ışık kuantumu) fırlar. Bu durumda elektron akımı, bir fotona dönüşür.

Kısaca Kuantum, maddenin madde olmayana dönüşümüne imkân verecek bir esneklik sağlamaktadır.

Kuantum Fiziği, nedensellik ilkesi ile ilgili birçok yeni sorunun gündeme gelmesine neden oldu. Bu durum karşısında

Einstein; «Tanrı zar atmaz» diyecekti. Olaya daha farklı bir açıdan bakan Niels Bohr ise: «Tanrı'ya ne yapacağını söyleme» diye yanıtlıyordu onu.

Acaba kim haklıydı? Belki de bunların dışında bir üçüncü görüş daha ileri sürmek mümkün: Tanrı bize masayı, atacağımız zarı ve eli verip, sonra da şöyle demiş olabilir: «Şunu unutma, atacağın sayıyı sen belirliyorsun... Sana iyi oyunlar!»

Çıplak gözle gördüğümüz dünyada geçerli olan fiziksel yasalar, atomaltı dünyaya inildikçe geçerliliklerini yitirler. Atomaltı dünyada, bir fotonun bütün hareketlerini tesbit etmek imkânsızlaşır. Sanki biz onu ölçmeye çalıştıkça, o bizden kaçır. Konumunu belirlediğimizde, hızı bilinmez olur. Ya da hızını tesbit ettiğimizde, diğer özelliklerini ölçemeyiz. “Belirsizlik İlkesi” denilen bu durum, fotonların hareketini yönlendiren etkinin ne olduğu sorusunu gündeme getirmiştir.

Stanislav Grof, Maryland Psikiyatrik Araştırmalar Merkezi'nde yaptığı kontrollü LSD seanslarında, olağanüstü şuur durumları konusunda zengin deneyler yapmıştır.

Olağanüstü şuur hallerinde tekrar tekrar ortaya çıkan soru, “Tanrı'nın yaratılış sürecinde ne kadar kontrol sahibi olduğuydu?” Bu, Albert Einstein'ın da sıkça üzerinde durduğu bir sorundur. Şöyle der Einstein: “Beni gerçekten ilgilendiren soru, Tanrı'nın yaratışta (kaderde) bir seçim şansının olup olmadığıdır.”

Kimine göre “Mutlak Şuur” yaratılışın tümünden, bütün ayrıntılarına kadar tamamıyla sorumluymuş gibi görünür. Bu durumda “Kozmik Oyundaki” herhangi bir sürpriz, yalnızca kişisel kahramanların başına gelir. Oysa bu senaryonun önemli bir alternatifi vardır: Yaratılışın yalnızca temel parametrelerinin açıkça belirlendiği, ancak ayrıntılı sonucu Tanrı'nın bile bilmediği bir senaryodur söz konusu olan.

SCHRÖDİNGER'İN KEDİSİNİN KADERİ KİMİN ELİNDE?

Kuantum Mekaniği'nin kurucularından Erwin Schrödinger'in gerçekleştirdiği

bir deney, bir fotonun hareketini ölçme konusunda bize önemli ipuçları vermiştir.

Işık, ses ve diğer tüm sinyallere karşı yalıtılmış bir kutuya kapatılan bir kedi, ışık kaynağından gönderilen bir fotonun etkisine açık bırakılırsa, akıbeti ne olur? Eğer foton dikey polarize ise, kedi ölür, polarizasyon yatay ise, kedi hayatta kalır.

Schrödinger, kutuyu açıp içine bakmadan, kedinin ölü mü, yoksa canlı mı olduğunu bilemeyeceğimizi söyler.

Fotonların hareketini hiçbir fiziksel güç etkilememektedir. Onların yatay mı, yoksa dikey mi hareket edeceklerini ancak fizik ötesi bir şey tetikler. Yani, gözlem odasında bulunan insanların düşünce ve niyetleri!..

Kuantum Düşünce Seminerleri'nde, katılımcılara belli bir teknikle bir obje imgelemeleri ve bunu bir zaman süresi koyarak defterlerine yazmaları söylenir.

Belirlenen sürede imgelenen obje kişinin hayatına girerse, görev tamamlanmış olur. Bir çalışma grubunda bu ödevle ilgili sonuçlar tek tek alınırken, katılımcılardan biri, çalışma konusu olarak bir mumu seçmeyi düşündüğünü, ama bir türlü rengi konusunda bir karar veremediğini söyledi. Ama asıl ilginç olan başkaydı. Üniversiteden, bir arkadaşı aslında çok da yakın olmayan bir arkadaşı bir gün yanına gelerek: «Berivan, seni iki gündür rüyamda görüyorum. Güya sen bir mum istiyormuşsun. Biz seninle dükkân dükkân dolaşıyoruzmuşuz, fakat sen bir türlü seçemiyormuşsun! Artık karar ver de, rüyalarımnda seninle uğraşmaktan kurtulayım» demiş.

Bir kişi tarafından, bir seminer grubunda ödev olarak verildiği için imgelenen bir objenin konuyla hiç ilgisi olmayan bir başkasının rüyasına girmesi nasıl açıklanabilir? Bunun atomaltı dünyanın büyüğü işleyişi ile bir ilgisi olabilir mi?

İnsanlar tarafından imgelenmemiş olan diğer şeylerin de, örneğin, doğanın «Tanrı» diyebileceğimiz Ebedî Bilinçli başka bir varlık tarafından imgelendiği görüşü bir hayli eskidir. Aşağıdaki tuhaf şiirde, bu fikir çok güzel bir biçimde dile getirilmiştir:

Bir zamanlar bir adam vardı:

«Tanrı çok garip olmalı,

Bahçede kimse yokken

Bu ağacın orada olmayı sürdürmesini sağlıyor»

diyen ve cevap olarak:

“Sevgili efendim, şaşkınlığınız garip
Ben her zaman bahçede bir yerlerdeyim.
Ve bu yüzden ağaç varolmayı sürdüreceğim
Tanrı tarafından gözlendiğinden”i işiten.

BİR SÖZ NELERE KADİRDİR?

Bir söz nedir ki? Harflerden ve seslerden meydana gelen bir karışım. Ama bir söz, herhangi bir anlam ifade ettiği ve sizin tarafınızdan belli bir vurgu ve inançla söylendiği zaman, dünyayı yerinden oynatır.

Birlikte çalışma yaptığımız bir hanım, bir türlü istediği gibi birini bulup evlenememekten şikayet ediyordu. Yaşı da artık ilerlemişti. Sorun, hayatına kimsenin girmemesi değil, onun her önüne çıkana bir kulp bulup, ilişkiyi bitirmesiydi. Daha doğrusu bu durumu, karşılıklı konuşurken fark etti. Her tanıştığı kişiyi ne yapıp ediyor, evlenmekten vazgeçirmeyi başarıyordu. Bazen de son anda kendisi nişanı atıyordu. Artık yorulmuş ve bıkmıştı. Bu konu hakkında biraz daha düşünmesini söyledim. Neden böyle bir sonucu seçiyordu? Yanıtı bilinçaltının kendisine ulaştırmasını emretmesini istedim. Bunu bir kader olarak algılamak yerine, kendi yaptığı bir seçim olarak görmesini söyledim. Bir gün, birden birşey hatırladı. Onüç - ondört yaşlarında ablası ve annesiyle bir falcıya gitmişlerdi. Falcı onun da falına bakmış ve „sen evlendiğinde annen ölecek“ gibi tuhaf bir kehanette bulunmuştu. Bunun üzerine şöyle bir karar verdiğini hatırladı: „Madem ki annem, ben evlendiğimde ölecek, ben de ya hiç evlenmeyeyim ya da olabildiğince geç evleneyim.“ O zamanlar bir anda aldığı bu karar aklına geldiğinde, reddettiği erkek arkadaşlarına uydurduğu mazeretlerin ne kadar sudan olduğunu farkettiler. “Armudun sapı, üzümün çöpü” diyerek önüne gelen kismetleri hep geri çevirmişti. Oysa o, evlenmek istediğinden çok emindi.

Karşımdaki zayıf, üzgün görünümlü hanım birden ağlamaya başladı. Oysa biz bir kafede oturmuş, sohbet ediyorduk. „Bütün sevdiklerim beni terk ediyor“ diyordu hıçkırıklar arasında. Emekli olduğunda bir kursa katılmış, iyi bir minyatür sanatçısı olmuştu. Eserleri çok beğeniliyordu. Hatta yurtdışından bir sergi çağrısı almıştı. Başta bu çağrıya çok sevinmişti, fakat gidemeyeceğini söylüyordu. Sebep mi? Görünürde çok önemli engelleri vardı tabii! Annesini kime emanet edecekti? Sonra uçak bileti alacak parası yoktu. Sonra yalnız gidemezdi, arkadaşı da onunla gelmeliydi. Sonra... Sonra bir sürü şey! İlk

seminer çalışmamızda, Paris'e gitme konusunda özel bir "Kuantum Çalışması" yaptık. Oraya rahatça gidebileceğine dair bir kurgulama oluşturduk. Ertesi seminer çalışmasına geldiğinde, yüzüne bir gülümseme oturmuştu. „Gidiyorum“ dedi sevinçle. "Anneme söyledüğimde, beni şaşırtacak bir sakinlikle ,gidebilirsin' dedi bana, sonra Türk Hava Yolları'na telefon açtım. 11 Eylül saldırısı dolayısıyla indirime gittiklerini, fiyatların yarı yarıya düştüğünü söylediler. Ben önümüzdeki derse gelemeyeceğim kusura bakmayın çünkü Paris'te olacağım."

Böylesine çok olay yaşamama rağmen böyle zamanlarda içimde hep sevinçle karışık bir şaşkınlık oluşur. Ama ben, bu şaşkınlığın çok uzun sürmesine hiç izin vermem. Çünkü yasa bir kere daha ve en güzel şekilde işlemiştir. Daha sonra bu hanımla çalışmalarımız sürdü. Küçük yaşlarındayken babası evi terkedip gitmişti. O zaman şöyle düşünmüştü: „Babam beni terketti, demek ki beni sevmiyor."

Bu düşünce işleme konduğunda arkası şöyle tamamlanmış olmalıydı: „Babam beni terkettiğine göre, ben kimi sevsem, o da beni terkecek ." Nitekim önce eşi, sonra da yetişkin kızı onu terketmişler. "Ve ben sevilecek biri olmadığım için insanlar beni sevmezler ve ben isteklerime kolayca ulaşamam ve..." İlginçtir Paris'ten çağrı alan bir ressam olduğu halde, Türkiye'de başvurduğu galeriler onun sergi açma isteğine ya hiç yanıt vermiyorlar ya da "Salonumuz uygun değil" gibi mazaretler öne sürüyorlardı. O farkında değildi ama "Kuantum Alan"ı onun inanç kodlamalarının farkındaydı. Tabii galeri sahiplerinin "Kuantum Benlikleri" de!

İKİNCİ KİŞİLİK:

EGO BİLİNCİ

Biz, kendimizin her zaman "Kendimiz" olduğundan çok eminizdir. Oysa içimizde birden fazla kişilik programı birbirleriyle çatışır - durur.

Birinin "ak" dediğine, öbürü "kara" der. Biri "şu yöne gidelim" der, öbürü "hayır, öbür yöne" diye ekler.

Bu yüzden "İkiyi Bir" yapmadıkça, insan gerçekten: "Kendisi" olamaz.

İsrail'de bir grup bilim adamı, düşünebilen yapay zekâlı bir bilgisayar yapmak üzere bir proje oluşturmuşlar. Görevliler şu anda dünyada bilinen bütün bilgileri, bu bilgisayarın belleğine okuyarak yüklüyorlarmış. Yaklaşık on yıl sürmesi beklenen bu okuma işlemi sonunda, projeyi yürüten vakıf „insan gibi düşünen bir sistem“ elde etmeyi umuyormuş.

Gerçi on yıl sonra çalışma bittiğinde, ilk yılda sisteme okunan bilgilerin

çoğunun eskiyeceği kaçınılmaz ya, neyse!

Bu ilginç girişim, aslında insanın kendi kontrolü dışında oluşan ikinci kişilik ya da Ego Bilinci kavramı için ideal bir benzetme oluşturuyor.

Çünkü böyle bir işlem sırasında hafızaya hangi bilgileri girerseniz, sistem bir soru ya da sorunla karşılaştığında “düşünerek” vereceği yanıt, kendisine yüklenilen bilgilere göre olacaktır.

Ego Bilinci de doğduğumuz andan başlayarak, bilinçli ya da bilinçsiz edindiğimiz, yani sonradan tüm bilgilerin özellikle ilk kararların oluşturduğu bir sistemdir.

Ünlü Psikolog Shad Hemstetter, otuzlu yaşlara gelene kadar bir yetişkinin yaklaşık 18.000.000 kez kendisini sınırlayan ve etiketleyen sözcükler duyduğunu ve yine o yaşına kadar, sadece sekiz kez güven verici ve pozitif bir yargı ile karşılaştığını yazmıştır. Gerçekten de şaşırtıcı bir oran bu.

Bu oran Ego Bilinci’nin niteliği konusunda bize önemli bir ipucu veriyor:

“İyi çocuk ol! Sen yapamazsın! Senin için üzülüyorum! Beceriksiz! Babana bile güvenme! Bak komşunun çocuğu sınıfını teşekkürle geçti, ya sen?

Şişmansın! Bizimki biraz çelimsizdir! Ölsem de kurtulsam! Seni doğuracağıma taş doğursaydım! Bıktım senden! Senin doğmanı hiç istememiştik! Salak olmalısın! Unutma biz fakir bir aileyiz! Sende bir uğursuzluk var! Belin çok ince! Sıkıntılar bitmek bilmiyor! Onlar bizi hiç sevmezler! Ancak ölünce rahat edersin! Şansımız olsaydı! Beni verem ettin! Sen çok asî bir çocuksun! Çok akıllısın, ama tembellik ediyorsun! Çok bencilsin! Hayat çok zor, ekmek aslanın ağzında!”

Yukarıdaki yargıların birebir seminer katılımcılarından duyduğum sözcükler olduğunu söylemeliyim. Listeyi daha fazla uzatmaya gerek yok. Bunları okur okumaz sizin aklınıza daha başka bir çoğunun geliverdiğine eminim.

Bir araştırmaya göre, insan zihninden günde yaklaşık yetmişbin düşünce akıp geçiyor. (Nasıl araştırmışlarsa?) Bunların yaklaşık yüzde doksanı bir önceki günün aynı, yani hep aynı düşünceler kafamızda dönüp duruyor. Ve acı bir gerçek yine bunların yüzde doksana yakını, yukarıdaki sözlerin içimizde yankılanıp durmasından oluşuyor.

İnsan mesajları sadece sözel olarak almaz. Bir bakış, dokunuş, tavır ve duruş da insan bilincinin oluşmasında çok etkilidirler.

Bir meditasyon seansı sırasında “kucaklamak” sözcüğünü duyar duymaz gözleri dolan bir genç kadını hatırlıyorum.

Meğer babası onu küçükken hiç kucağına alıp sevmemiş. Bazen bu yaşında

bile, babasının kucağına oturmayı istediğini, ama bunu ona hiç söyleyemediğini anlatmıştı.

Bir öğrencim, küçükken annesinin kendisine hiç bir zaman doğru dürüst bakmadığını ve sık sık annesinin eteğinden çekiştirip: “Anne bak, anne bak!” dediğini hatırladı. Gerçekten de o, yetişkin bir genç kız olmuştu, ama hâlâ insanları kendine baktırmaya çalışan küçük bir kız gibi davranıyordu.

Ego Bilinci, kendi programının dışındaki hiçbir veriyi doğru olarak değerlendirmez ve otomatik olarak bu temel programa uygun duygu ve düşünceleri üreterek bizi ona göre davranmaya iter.

Ego Bilinci böyle bir işleme başlar ve bize karşı bir cephe oluşturur. Bizim gölgemizdir. Evimizde misafir ettiğimiz bir hırsız gibi davranır. Binbir suratlı bir sahtekâr haline gelir. Sürekli olarak kendini gizler, kılıktan kılığa girer.

Yalanlar söyler ve gerçeği saptırır.

Bizi sabote eder gizli gizli. O kadar derinlemesine kök salmıştır ki içimize kendini “biz”mişiz gibi sunar.

İşte bu yüzden, zayıflamak istediğiniz halde kendinizi sık sık buzdolabının başında bulursunuz. Sıcacık bir dostluk arzusu ile yanar, ama çevrenizdekilere kırıcı davranırsınız.

Bir sevgiliniz olsun istersiniz, ama içten içe aşka inanmazsınız. Başarı için yanıp tutuşurken, yenilgi için elinizden geleni yaparsınız. Rahat ve huzurlu olmak istersiniz, ama huzurunuzu bozacak şeyleri bulup çıkarmakta usta olduğunuzu farkettiğinizde bu duruma şaşırır kalırsınız.

Acı verici bir yorgunluk yapışır yakanıza. Çıkamaz bir daire içinde dönüp durduğunuzu hissedersiniz. İşte tam o zaman yanlış yere bakarsınız: Tanrı’yı, kaderinizi, toplumsal koşulları, annenizi, babanızı, cinsiyetinizi, şansınızı, zamanı, üzerinde yaşadığınız coğrafyayı, başka insanları, burcunuzu ya da genlerinizi suçlarsınız.

Asıl bakılması gereken yere bakmadıkça, bu oyun sürer gider. Oysa oraya, günde binlerce kez ışık patlamalarının parlayıp söndüğü o yere bakmanız gerekir: ZİHNİNİZE!

Ama bir çok kişi yanlış yere bakar. Türbelere gidip adaklar adar. Fallar baktırır. Estetik

yaptırır. Orasına burasına kristaller koyar, hocaya gider okutur, üfletir.

Muskalar takar, harflerle sayılarla bozar kafayı. Ya da herşeyin birdenbire düzeleceği bir günü bekler.

Ego Bilinci, eski Yunan’da “Demon” sözcüğüyle anlatılan bir kavrama çok

da uymaktadır. Demon, kötü ruhtur. İnsandan ayrılmayan, ona her an refakat eden, onun ayrılmaz parçası olan ve ona devamlı olarak etki eden bir gölge gibidir. Kişiyi istemediği yönde etkileyen, kişilik içinde kişilik oluşturan, kişinin

doğasında yer alan ve onu “kötü” yönde etkileyen bir varlıktır. O, parlak başarılarla, göz kamaştıran değerlere musallat olan bir varlıktır. Bir bakıma haset ve kıskançlığı temsil eder. Ama Demon kendi başına bir kişilik taşımaz, daha çok çeşitli durumlarda ortaya çıkar. Bir değer gözlerini kamaştırdığı zaman Demon orada biter ve bu değeri temsil eden kişiyi yıkmak için çabalar.

Bütün dinlerde bahsedilen “şeytan” kavramı, içimizdeki bu Ego kimliğinin niteliklerinin toplamıdır.

O bir ayartıcıdır. Sonunda bizi yıkıma götürecek şeyleri, bize güzel göstererek enerjimizi tüketir. Aldanmamıza yol açar.

Bir katılımcı, bir seminerde ne kadar değiştiğini ve herşeye olumlu bir açıdan bakmanın olumlu sonuçlarını anlatırken, hepimizi kahkahalara boğan bir duygusunu söyleyiverdi. “İyi hoş da, ben şimdi kendimi Ego’ma ihanet etmiş gibi hissediyorum!”

Ancak, Ego Kimlik, yine de bizim kendi enerjilerimizin kullanılmasıyla oluşur.

Onu tümüyle yok etmek, silmek, ezmek ve düşman gibi görmek yerine onu aydınlatmak, terbiye etmek ve enerjisini kendi yararımıza kullanmak daha doğru bir seçim olur.

O, bizim emrimize verilmiş bir hizmetçidir. Eğer onu iyi denetler ve amaçlarımız için seferber edebilirsek, o yalnızca bizim hayrımız için çalışır.

GERÇEK KİMLİK YA DA ÖZ VARLIĞIMIZ

“Siz O’sunuz O’da siz. Kâinatı dolduran o nuru bulun ya da Siz geçin O’nun yerine.” B. Dost

Kuantum Düşünce Tekniği’nin en temel, en can alıcı ve esrarengiz bilgisi aslında çağlar boyunca bir çok kez bir çok farklı şekilde söylenmiş olan “insanın özü” ile ilgili tanımlamalardır.

İnsanın gerçek kimliği, tüm bilgi, güç, sevgi ve hünerle yoğrulmuş mükemmel bir özdür.

Öz’ün üzerinde veya çevresinde yapılan karşı düşünce ve inanç programları, onun kendini tam ve net olarak ifade etmesine engel olur. O zaman bu Öz,

soğukta büzüşüp kalmış bir civa gibi küçülür ve daralır. Güneşin önüne gelen bir bulut gibi Öz, Ego tarafından perdelenir.

Freud'la başlayan modern psikoloji bilimi, insan davranışlarının gerisinde, bastırılıp üzeri örtülmüş bir yığın kompleksin varlığını keşfetti. Bu, büyük bir devrimdi aslında. Bir çok insan davranışının altında yatan güdü, bu yaklaşımın sunduğu olanaklarla açığa çıktı. Fakat bir süre sonra giderek insan, bu anlayış doğrultusunda, sadece bir kompleksler karmaşası toplamına indirgendi.

Sanatçıların yaratışları, bastırılmış cinsel dürtülerin yüceltilmesi olarak görüldü. Örneğin herhangi bir tablo, sadece „penise imrenme“ olgusu ile açıklanmaya çalışıldı. Dev bir roman, ensest çekim ya da mazoşist eğilimlerin tatmini düzeyine indirgendi.

Sıradan insan zaten patalojikti, sanatçılar da bu patalojik virüsten nasiplerini aldılar. Hatta insanlık adına fedakârlıklar yapan gönüllü insanlar bile: „Barış Birliği’ne neden katıldınız? Onlardan üstün olduğunuz duygusunu bilinçaltınızda kendi kendinize ispat etmek için mi?“ gibi suçlamalarla karşılaştılar.

Peygamberlere “saralı” deyip geçmek, kahramanların ise, sadece aşağılık hissini yüceltmek için bazı olağanüstü işler başardıklarını söylemek, insanlığın elinden en önemli şeyini aldı; ilham verici bir modele duydukları ihtiyacı.

Bu günlerde saldırgan kişiliklerin, katillerin ve dolandırıcıların televizyonlarda sık sık boy göstermelerine ve onların neredeyse tersine bir kahraman durumuna getirilmelerine pek şaşmamak gerek.

Hümanist psikolog ve düşünür Maslow bu konuda etkileyici tesbitlerde bulunur: “Ortodoks Freud’cu psikanaliz, psikopatolojilerin bir sistemi ve psikopatolojik bir tedavi yöntemi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu anlayış bize, manevî yaşamın ya da daha üst düzey bir yaşamın psikolojisini yani insanın kendisine doğru gelişebileceği, oluşabileceği bir psikolojiyi sunmamaktadır. 19. yüzyılda Freud bize, mekanik, fiziksel, kimyasal ve indirgeyici bir bilimin egemen olduğu bir dönemden seslenmektedir. Ne insancıl bilim adamları ne de sanatçılar bu konuda günümüzde bizler için yardımcı olamıyorlar. Oysa olmalılar; bir topluluk olarak, sonsuz gerçeklikleri ya da daha yüksek gerçeklikleri yaşayan ve öğretici kişiler olmaları nedeniyle... İnsancıl

psikolojinin hedefi iyinin, güzelin ve gerçeğin algılanması olarak

tanımlanmıştır. Ama son yıllarda bir çok insancıl bilim insanı ve sanatçı, tüm geleneksel değerlerin çöküşüne tanık olmuşlardır. Ve bu değerler çöktüğünde, hazırda yerlerine konacak olan yenileri yoktu. Bugün, bu nedenle sanatçıların, romancıların, tiyatro sanatçıların, eleştirmenlerin ve tarihçilerin büyük bir bölümünün, karamsar, mutsuzluk içinde, cesareti kırılmış ve daha az bölümünün de daha iyi bir yaşamın olası olmadığına ve bununla beraber yüksek değer olarak tanımlanan şeylerin bir uydurma ve aldatmaca olmasına inanma bağlamında nihilist ve sinik bir yaklaşıma sahip olduklarını görüyoruz.”

Batı’da ilk kez Maslow sağlıklı insanların psikolojisini mercek altına aldı. Carl Gustav Jung ise, insan ruhunun sadece, kötülük, yırtıcılık ve yıkıcılık güdülerleriyle dolu olmadığını –hatta Jung insanın bu yanı için “gölge” terimini kullanmıştı- özellikle bunlardan daha güçlü olmak üzere, yüce, temiz, iyi ve yaratıcı potansiyellerle dolu olduğunu gösterdi.

NLP teknikleri, başarılı insanları modelleyerek bir Sinir Dili Programı oluşturdu.

Bu program, “bir kişi eğer bir şeyi başarıyorsa, bunu herkes yapabilir” temel kabulünden yola çıktı.

Oysa Doğu geleneği, genellikle insanın bu mükemmel özünün varlığını kabul eden, onun tanımını yapan ve nasıl ortaya çıkarılacağı konusunda teknikler öneren farklı bir yapıya sahiptir.

Kuantum Düşünce Çalışmaları, negatif inanç programlarının farkına varılmasına, Öz’e uygun olumlamalar ve imgelemeler yapılması ve Öz’e uygun tavırlar içine girilmesiyle, Öz’ün açılıp genişlemesine ve parlayıp ışımasına imkân tanır.

Sıcakta bir civanın yükselmeye başlaması gibi, bu tekniği uygulayanlarda çok doğal ve kendiliğinden bazı değişimler olmaya başlar. Bu genişleme, insan hayatında birçok olağanüstü değişimin oluşmasını da tetikler.

Maslow’un „Doruk Deneyimler“ olarak adlandırdığı bu yaşantı, Kuantum Düşünce Tekniği uygulamalarının sonucunda birçok insanda aşağıda sıralanan özelliklerin canlanıp, belirginleşmesine yol açar:

- Hiçbir dışsal sebebe bağlı olmayan ve giderek artan bir huzur ve dinginlik duygusu.
- Kendisi hakkında giderek artan bir memnuniyet hali.
- Koşullara uyum gösterme yeteneği.
- İnsanlık onuruna uygun olmadığına inandığı koşulları değiştirme isteğinin

artması.

- Başka insanlara karşı duyulan sorumluluk hissiyle birlikte, kendi hayatıyla onların arasındaki özdeşleştirmeden kurtuluş.
- Artan bir mizah duygusu.
- Kendini olduğu gibi, saklayıp gizlemeden, rahatlıkla ifade etme yeteneği.
- “O anda ve orada olma” becerisinin artması.
- Anlayış ve hoşgörü duygusunun belirginleşmesi.
- Fiziksel olarak güçlenme, derinin parlaklaşması, organların mükemmel işlemeye başlaması.
- Cinsel enerjinin yükselmesi, kişinin daha çekici bir hale gelmesi.
- Evrenin zekâsıyla birlikte aktığına dair bir bilgelikten kaynaklanan bir iç teslimiyet.
- Kendi kaderinin tümüyle efendisi olduğunu bilme duygusu.
- Başka insanları yüzeysel davranışlarına göre değerlendirmek yerine, gerçek Öz’leri doğrultusunda değerlendirmek, onları kolayca anlamak ve yargılamadan kabul etmek.
- İşlerin kolayca ve zorlamasız halledilmeye başlanması.
- Bağımsızlık ve ihtiyaçsızlık halinin yaşanması.
- Herşeye daha geniş bir perspektiften ve Ego ötesi bir açıdan bakma durumu.
- Kendini kanıtlama ihtiyacının azalması, açık ve alıcı duruma geçiş.
- Doğru yerde ve doğru zamanda bulunabilme yeteneğinin artışı.
- Algı ve dikkat gücünde artış. Gerçeğin bir anda aracısız kavranması.
- Olaylar arasındaki anlam ilişkisini çabuk kurabilme yeteneği.

HAYAT SAHNESİ DÖNMeye BAŞLAYINCA

Hayat, yönetenin bizzat kendiniz olduğu bir tiyatro sahnesidir. Eğer sahne değişiyorsa, bilin ki siz öyle istediniz. Bundan endişeleniyorsanız, ne yaptığınızın bilincine varmak, sizi huzura kavuşturacaktır.

Bir çok kişi bana sık sık şu soruyu sorar: „Yılların birikimini bir anda silip atmak mümkün

mü? O kadar kökleşmiş düşünce kalıpları nasıl kısa sürede değişir?” Ben de onlara şu cevabı veririm: “Evet, doğru bir yaklaşımla bu pekâlâ mümkün olmaktadır.”

Öz, aktive edilip harekete geçince, hayatın sahnesi dönmeye başlar.

Öz’ün gücü, ataomaltı dünyaya sinyallerini gönderir. Aynen bir tiyatronun döner sahnesinde olduğu gibi, eski dekor değişir. Eski senaryonun yerine,

yeni bir senaryo canlandırılmaya başlar. Fakat bu durum, Ego Bilinci'nin paniğe kapılmasına neden olur. Çünkü bütün dayanakları bir bir elinden gitmektedir. Varlık nedeninin elinden alındığını sanır. Eski bazı dostlarıyla artık daha önce aldığı tadı alamadığını farkeder insan. Bulunduğu semtten taşınır, belki evini değiştirebilir. Çünkü eğer hayat sahnemiz dönüyorsa, arkada yeni bir sahne, dekoruyla, kostümüyle ve oyuncularıyla hazırlanmıştır bile. Ama bunun henüz farkında olmayan kişi paniğe kapılır, gideni geri çevirmeye, değişimi durdurmaya çalışır. Ayrıldığı sevgilisine geri döner. İsteyerek çıktığı işten tekrar çağırılmayı beklediğini farkettiğinde, bu çelişki onun kendine olan güvenini sarsar. Hatta bazen bu değişimi çabuklaştıracak aksilik ve zorluklar başgösterir. Olmayacak tartışmalar, istenmeyen engeller çıkar. Sahne dönmeye devam etmektedir, fakat henüz, yeni dekor ufukta belirmemiştir. Eski şeyler gitmiştir, yenisi de ortalıkta görünmemektedir. İşte bu ara dönem katlanılması en zor dönemlerden birisidir. Bildiğiniz her şey geçerliğini yitirmiş gibi gelir. Belirsiz ve karanlık bir dönemdir bu. Ne yapacağınızı, kim olduğunuzu bilemez bir halde bulursunuz kendinizi. Çıldırıyor olduğunuzu düşünebilirsiniz.

Aslında bu dönem, Kuantum Belirsizlik düzeyine indiğimiz ve tam da yaratıcılık oyununu oynayabileceğimiz bir andır.

Sonra yavaş yavaş yeni şekiller kendilerini belli ederler. Değişen yeni kimliğinize uygun insanlar yaşamınıza girmeye başlar. Onlarla tanışırsınız, bir yerlerde kanınız kaynayır. Yeni iş olanakları çıkar, hiç aklınızda olmayan belki de yeni bir semte, hatta yeni bir şehre taşınırsınız. Kendinizi yenilenmiş, hafiflemiş hissetmeye başlarsınız.

Ve süreç tamamlandığında, bir de bakarsınız ki tam da sizin yeni kimliğinizi en iyi sergileyeceğiniz bir sahnede yerinizi almışsınız.

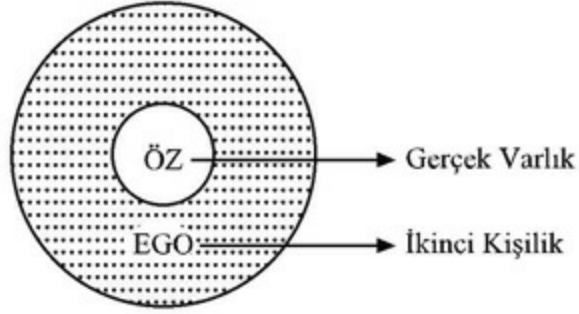
Ve bir daha hiçbir şey eskisi gibi olmaz.

Eski kimliğinizin uzak bir anı olduğu yeni hayatınızın içindesinizdir artık.

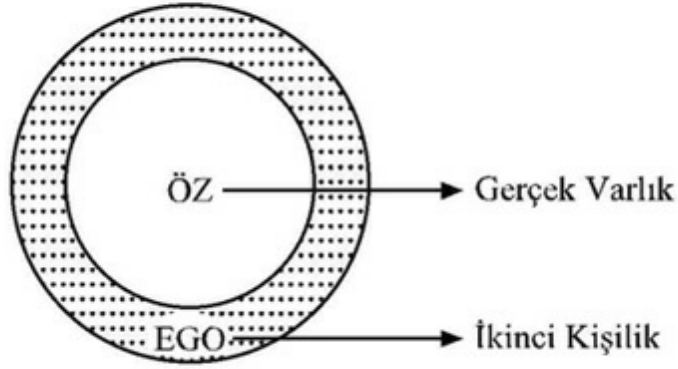
Yeni bir değişim dönemine kadar.

Öz ile Ego'nun niteliklerinin net olarak sınıflandırılması, kendimizin bu her iki yönünü de tanımamız bakımından büyük önem taşır. 48. sayfadaki tabloda Öz Bilinç ile Ego Bilinci'nin karşılaştırmalı dökümünü görüyorsunuz:

ÖZ - EGO İLİŞKİSİ



ÖZ AÇILIMA GİRDİĞİNDE



ÖZ BİLİNÇ EGO BİLİNCİ

Tamlık, (Bütünlük) Duygusu - Eksiklik Duygusu ve Kusurlu Hissetme

Güven - Korku

Huzur - Kaygı

Gerçeği Sevmek - Yalan

Açıklık - İkiyüzlülük

Barışçılık - Çatışma Eğilimi

Çözüm Odaklılık - Sorun - Odaklılık

Bolluk Bilinci - Yokluk Bilinci

Özgür Bırakma - Yönlendirme

Memnuniyet - Tatminsizlik

Bağışlama - Yargılama

Anlayış - Öfke, Kin

Objektif Bakış - Çarpıtma
Yaratıcı Düşünme - Tekrarlama
Anda Yaşama - Geçmiş ve Gelecek Takıntısı
Seçim Özgürlüğü - Kadercilik
Neşe, Coşku - Keder
Akışa Uymak - Direnmek
Geçirgen - Kırıcı, Kırılgan
Kazan - Kazan - Kazan - Kaybet
İlke Merkezli - Ego Merkezli
Olmak - Sahip Olmak
Esneklik - Katılık
Tevazu Gurur

Birleştiricilik - Ayrımcılık

Şimdi de Öz Bilinç ile Ego Bilinci arasındaki ayrımı daha ayrıntılı olarak inceleyelim:

TAMLIK DUYGUSU / EKSİKLİK DUYGUSU

Öz Varlık, doğası gereği eksiksiz, kusursuz ve tamdır. Bu durum, kendinden memnuniyeti, olduğu gibi olmaktan hoşlanmayı ve ihtiyaçsızlık bilincini geliştirir.

Oysa Ego Bilinci kendini her durumda kıyaslar, yarışmaya girer, olduğu halini uygun ve kabul edilir bulmaz. Kendini tanımlamak için hep kendi dışında bir şeye ihtiyaç duyar.

Bu şey bazen biri, bazen bir madde, bazen de bir övgü olabilir.

Ama hiçbir şey içindeki boşluğu dolduramaz. Ta ki kendi gerçek Öz'ünü farkedene kadar.

GÜVEN / KORKU

Öz Varlık, hiçbir şeyin kendisini tahrip edemeyeceğini, yok edemeyeceğini bilir. O her zaman vardır. Bütün herşeyle Bir'dir. Dolayısıyla korkacak bir şey yoktur ve kimse ona zarar veremez.

Oysa Ego Bilinci kendini bedenle ifade ettiği için, kendini açlık, susuzluk, ölüm, hastalık gibi acı verici deneyimlerin anıları ile perdeler.

Her an kendisini “düşman“ bir dünyada, saldırıya ve zedelenmeye açık olarak algılar.

Korku, işte bu noktada insana hep eşlik eden bir kötü yol arkadaşı olur.

HUZUR / KAYGI

Öz, herşeyle bütünleşme duygusu temelinde yaşar. Böyle olunca bir başkası

yoktur. Korkacak bir şey yoktur.

Herşeyin mükemmel bir düzen içinde ve insanın gelişimi için işlediği gerçeği, esas duygu haline gelir.

Ego Bilinci ise, düşman bir dünyada olduğunu sanır. Şeyler onun için değil, ona karşıdır. Her an varlığını tehlikeye sokacak bir sürprizle karşılaşacağını düşünür.

Gelecekle ilgili senaryoları korku filmine dönüşür. Parasını kaybedecek, işsiz kalacak ya da hasta olacaktır.

Böyle bir beklenti tabii ki kaygı doğurur. Nereye giderse gitsin, kaygı yanibaşındadır. Ne yaparsa yapsın, bu duygu her türlü eylemi kirleten ve tadını bozan bir zehir gibi için için işlem yapar.

GERÇEĞİ SEVMEK / YALAN

Öz Varlık, gerçeğin ve doğrunun kendisini geliştiren en önemli unsur olduğunu bilir. Gerçeği sever, onu arar, onun için çaba sarfeder hatta. Çünkü O, gerçeğe yoğrulmuştur.

Oysa Ego Bilinci, enerjimizin çoğunu gerçeği gizlemek için kullanır. Kendini gereksiz yere yorar. Bir yalanı gizlemek için başka bir yalan ve diğeri arka arkaya gelirler. Sahte davranışlar ve sözlerle bir tür maske oluşturur. Sonra da oluşturduğu bu maskenin tutsağı olur.

AÇIKLIK / İKİYÜZLÜLÜK

Öz Bilinç, kendinden memnuniyet hali yaratır. Kişi öyle olduğunda, değerli ve özel olduğunu bilir.

Utanılacak, gizlenecek bir şeyi yoktur.

Oysa Ego Bilinci, “kendisi” olduğunda kınanacağına ve beğenilmeyeceğine inanır. O zaman içindekililerin önüne sahte davranışlar çeker. Olduğundan farklı görünmek zorunda olduğunu sanır.

Düşündüklerini söylemez, olduğu gibi davranmaz.

BARIŞÇILIK / ÇATIŞMA EĞİLİMİ

Ego Bilinci farklılıklara, ayrılıklara odaklanır. Sorun olarak gördüğü durumlar karşısında şiddete başvurma eğilimi baskın çıkar. Şiddet kullanmanın çeşitli yollarını devreye sokar.

Duruma göre suratını asmaktan, öldürmeye uzanan geniş bir şiddet yelpazesini kullanır.

Öz, barışçıdır. Herkesin mutlu olmayı ve güven içinde yaşamayı kendi bildiği yollarla gerçekleştirmeye çalıştığını bilir. Çıkarlar çatışıyor gibi görüldüğünde, en iyi çözümün anlaşmak, herkes için yararlı olabilecek bir

noktada birleşmek olduğunu bilir.

Şiddeti, ancak insanlık onuru zedelendiğinde bir savunma biçimi olarak kullanır.

ÇÖZÜM ODAKLILIK / SORUN ODAKLILIK

Ego Bilinci, sorunlara takılır kalır. Oysa Öz, çözümü hemen farkederek. Çünkü o sınırsızdır. Sınır yoksa, aslında sorun da yoktur.

Ego Bilinci soruna odaklı olduğu için, sorun yaratır ve sorunların içinde boğuşup dururken de, aslında bundan beslenir. Yani sorun Ego'nun gıdasıdır.

Öz Bilinç noktasında ise her şeyin bir çaresi vardır.

BOLLUK BİLİNCİ / YOKLUK BİLİNCİ

Öz Varlık, sonsuz seçenekler ve sınırsız olanaklar dünyasında olduğunu bilir. Bunu dile getirir ve bunu yaşar. Akan, hareket eden ve çoğalan bir bolluk evreni içindedir.

Verdikçe kendisine de geleceğinin farkındadır. Yaşamı, tam bir paylaşma ve şölen şeklinde yaşar.

Ego Bilinci için her şey sınırlıdır. Sevgi sınırlı, zaman sınırlı, para sınırlı, dostluk sınırlı, iyilik sınırlıdır. Tüm zenginliğin ortasında fakir olduğuna inanır. Böyle algılar, buna inanır ve bunu yaşar.

Öz Bilinç, ihtiyacı olan her şeyin şu anda ve burada olduğunu bilir.

Ego içins, ihtiyaçların karşılanması büyük bir mücadele ve arayış gerektirir. Bunların sonucunda arzu edilen şeyin elde edileceği de kesin değildir.

ÖZGÜR BIRAKMA / YÖNLENDİRME

Ego Bilinci'nin kontrolünde olduğunuzda, sonuca ulaşmak için her şeyi yönlendirmek gerektiğini sanırsınız.

Bu yüzden kendine acındırmak, yalan söylemek, şantaj yapmak, rüşvet vermek doğal gelir size.

Karşınızdakinin zayıf yönlerini çözmek ve ona oradan saldırmak sizin taktiğiniz olur.

“Beni terk edersen kendimi öldürürüm!” Ego'nun söylemidir. Böylece karşınızdakini vicdan azabıyla, kendi çıkarı arasında bir yerde preslemiş olursunuz. “İstediklerimi yaparsan, şunlara şunlara sahip olacaksın” da bir başka “Egosal Taktikdir”.

Oysa Öz Bilinç, yaşamın kendisinden yana olduğunun farkındadır. O, her zaman ortak kazanımların peşindedir. Her türlü ilişki, ister ticarî, ister aşk ilişkisi, ister dostluk olsun, özgür bırakmakla işlerin en kolay biçimde

halledileceğini bilir.

Zorladıkça ve yönlendirdikçe, yorulacağının ve aslında sonuç elde edemeyeceğinin farkındadır.

MEMNUNİYET / TATMİNSİZLİK

Öz Bilinç, bulunduğu halden ve yerden memnundur. O anda orasının onun için en uygun yer olduğunu yüreğinde hisseder. Onun için her an özeldir ve birlikte olduğu her insan önemlidir. Hiç bir an geri döndürülemez, aynı şey bir daha aynı biçimde yaşanamaz. Bu farkında oluş hali, insanda bir memnuniyet duygusu oluşturur.

Oysa Ego Bilinci'nin kontrolündeki kişi, hep bir arayış içindedir. “Burası değil, orası”, “şimdi değil, başka zaman”, “onunla değil, acaba kimle?” diye düşünür, durur. Zihin, bütün bu çelişkili arayışlar içerisinde kaldığında, tatminsizlik düğümü kalbinize kök salar.

Mutluluğu ve gerçeği hep kendi dışınızda ve uzaklarda aramaya eğilimli olursunuz.

Hidayete ermek için, Hindistan’a gidip Ashram’da yaşamak gerektiğine inanırsınız. Bir başka ülkeye gidince ideallerinizi gerçekleştireceğinizi düşünürsünüz.

“Biz dünyaya erken gelmişiz” dersiniz sık sık. İçinde bulunduğunuz ana yabancılaşma, Ego Bilinci'nin sonucudur.

Oysa Öz Bilinç, aradığı herşeyin şimdi, burada ve kendi içinde olduğunun çok net biçimde farkındadır.

BAĞIŞLAMA / YARGILAMA

Ego Bilinci'nin kendine ait doğruları, yanlışları, sınırları vardır. Bu çerçeve özellikle dar, katı ve acımasızdır. Dolayısıyla bu kadrja sığmayan bir çok kişi ve eylem dışlanır, yargılanır.

Oysa Öz Bilinç, davranışların gerisindeki güdülerini farkederek. Gerçek anlamda kimsenin kimseye kötülük yapamayacağını bilir. Ve “Kötülüğün Cehaletten” kaynaklandığını. Çünkü kötülük, Bumerang gibi çıktığı noktaya geri döner ve aslında hiç kimse bilerek kendi geleceği için kötülük tohumu ekmek istemez.

ANLAYIŞ / ÖFKE, KİN

Kin, demirin üzerine binen pas gibidir. Duygulanma yeteneğimizi zaafa uğratar. İçimize zehir gibi akar. Aslında kin duygusu bir seçimdir. Ve Ego açısından kendine özgü kazanımları vardır.

Kendinize acıyarak sürekli olarak haklılık kuponu toplarsınız. Hayata kendinizden bir şeyler katmamak için bir tür mazeret kağıdı bulundurmaya

benzer bu. En küçük bir olayda “ama benim mazaretim var” diye o kağıdı uzatırsınız. Bu duyguyla oynamak hoşunuza gidebilir.

Aslında bu bile bir hesap işidir. Bir gün gelir, bu oyunun size kazandırdıklarından çok kaybettiklerini de hesap etmeye başladığınızda, yeni bir seçim yaparsınız.

O zaman size yapıldığına inandığınız – ki yapılmıştır gerçekten – kötülük ve haksızlıkların anısını taşımamayı seçersiniz. Geçmiş i sırtınızdan atıp, geleceğe çevirirsiniz yüzünüzü.

Bağışlama ve anlayış belki tek başına bir kitabın konusu olabilecek kadar önemlidir.

Çünkü kin, sizi siz olmaktan çıkartır.

Anlayış, bir açıdan, yanlış yapanın seçeneksizliğini apaçık farketmektir.

O zaman içinizde öfke değil, sevgi ve anlayış duygusu titreşmeye başlar.

OBJEKTİF BAKIŞ / ÇARPITMA

Ego Benlik, gözümüzün önüne bir perde çeker. Sadece o perdenin rengini görürüz, o da

herşeyi kendi programına göre yorumlar. Fakat bununla kalsa yine iyi. Kolayı zor, bolluğu kıtlık gibi gösterir. Sevgiyi nefrete dönüştürebilir. Yakını uzak yapar. Aslında bütün programının özü, sevgi yerine korkuyu oturtmasıdır.

Andersen’in olağanüstü çocuk masalı Karlar Kraliçesi’nde olduğu gibi. Kötü bir büyücü, bir gün bir buluş gerçekleştirir. Büyüsü, küçük cam parçacıkları olup dünyaya inerler. Bu parçalardan biri kimin gözüne batarsa, birden değişir, sert, kırıncı biri olup çıkar. O insanlar dostlukları inkâr ederler, güzellikleri bozmaya çalışırlar.

Ego bakış, her baktığı yere kendi yargılarını taşır.

Sadece görünen kadarıyla algılar herşeyi, arkasına bakamaz.

Oysa Öz Bilinç ile dolu bakış, şeyleri daha derinlemesine gösterir. Onların içini, özünü algılamamıza yol açar. Derinlere indikçe ışığı, sevgiyi ve güzelliği görürüz. Ego’nun perdelemesi kalktığında, karışıklığın içinde düzen, karanlığın ortasında ışık belirir.

Ego’nun kiri ve pası ortadan kalkınca, baktığımız şey her neyse, bir insan ya da bir cisim, bize kendi gerçeğini söyler.

Ele verir kendini.

YARATICI DÜŞÜNME / TEKRARLAMA

Ego Bilinci’nin işlerin yapılış biçimi ile ilgili sınırlı bir stratejisi vardır. Ve onu tekrar eder durur.

Aynı şekilde düşünür, aynı şekilde yapar. Sonra da işlerin niye istediği gibi gitmediğine şaşar.

Çünkü yaşam sürekli olarak akmakta, o ise yerinde durmaya çalışmaktadır. Bu sonuçsuz bir çabadır, çünkü değişim rüzgârı, onu da önüne katarak sürükleyecektir.

Ego Bilinci tutucu bir kişilik yaratır.

Öz, aktive edilip enerjisini açığa çıkarttıkça, yaratıcılık artar.

Her durum için yeni çözümler, farklı yaklaşımlar yaratır. Öz, Kuantum Belirsizliği'nin ortasında durur. Orada her şey, siz nasıl isterseniz öyle yaratılmaktadır.

Bir işi yapmanın binbir yolunu bilir Öz. Bir kalbe girmenin bin yolunu. Bir sorunu çözmenin mutlaka bir yolunu bulur.

ANDA YAŞAMA / GEÇMİŞ VE GELECEK TAKINTISI

Ego Kimlik, ya geçmişini düşünerek hayıflanır, pişmanlık duyar ya da gelecek için şimdiden kaygı çeker.

Fakat bu arada ŞİMDİ avucumuzdan kaçıverir. Ego, “keşke” lerle yaşamayı sever.

Geçmişte yaşadığı olayların anısıyla yapay bir gerçeklik oluşturur ve kendini onun içine koyar.

Gelecekle ilgili tahminlerde bulunur, ama bu tahminler genellikle korku dolu senaryolarla bezenmiştir.

Anda yaşamak ise, zamanın verimliliğini arttırır. Çok kısa sürede daha çok iş yapmaya başlarız.

Ana odaklandıkça, zaman bereketlenir sanki.

SEÇİM ÖZGÜRLÜĞÜ / KADERCİLİK

Ego, yaşamın yönetiminin kendi elinde olmadığına ısrar eder. Dış koşulları sabit ve değişmez sanır. Kendi dışında bir gücün bu koşulları değiştirmese, elinden bir şey gelemeyeceğine inanır. Yaşamın illüzyonu onu esir etmiştir. Hep engellerden, zorunluluklardan söz eder. Böylelikle onları iyice büyütür kendi içinde.

Öz ise, yaşamın kendi kontrolünde olduğunun farkındadır. Seçme özgürlüğünün kendi elinde olduğunu yaşayarak görmüştür. Bu inancını adım adım kendi deneyleriyle elde etmiştir.

Ego: “İstiyorum ama” der, “yapmaya mecburum” der, “hele şu işleri bitireyim” der. “Zamana bıraktım” der.

Öz ise: “Şunu yapmayı planlıyorum” diyebilir, “ne yapmak istediğimi düşünüyorum” diyebilir, “şimdi ne yapmamam gerektiğini öğrendim” diyebilir.

NEŞE, COŞKU / KEDER

Öz Bilinç uyandıkça, herşeyin insanın yararına olmak üzere işlediğini fark eder. Korkacak hiçbir şey yoktur. Ve ne olursa olsun, insan bu durumdan kazanımlarla çıkacaktır.

Herşeyle “Bir” ve “Bütün”dür. Dolayısıyla çok güçlü olduğunu bilir. Varlık enerjisindeki sevgiyi hissettikçe, sevinçle dolar içi. Özgür olduğunu bilmek, ona sevinç verir. Yaratma oyununa katılıyor olmak, neşelendirir onu. Tıpkı oyun oynayan çocuklar gibidir. Neşeli ve coşkulu.

Ego, olanca ağırlığıyla üzerimize çöktüğünde ise, bir keder dalgası sarar içimizi.

Bize yapılanları asla unutamadığımız için keder, elde edemediklerimiz için keder, zorunluluklar için keder, korkular için keder, yalnızlık için keder, olduğu gibi görünememek için keder, yaratamadığı için keder ve düşman bir

dünyada yaşadığına inandığı için tabii yine keder.

AKIŞA UYMAK / DİRENMEK

Öz, olana teslim olur, ona direnmez, onunla uyum içinde akar gider. Değiştiremeyeceği koşulların aslında onun yararına olduğunu bilir. Bu koşullarla işbirliği yapar.

Akışa uymak, insanda bir tür “Teslimiyet Gücü” geliştirir. Bu durum pasif bir bekleyiş değildir. Daha büyük bir zekâ ile işbirliği içinde olduğunu bilmekten doğan bir güvenlik duygusu oluşturur. Ego ise, herşeyin kendi küçük çıkarlarına uygun bir şekilde gelişmesini ister. Aksi durumda tepki gösterir. Kızar, üzülür, öfke duyar. Bütün bu duygular, insanın enerjisini emen ve onu güçsüzleştiren şeylerdir.

GEÇİRGEN / KIRICI, KIRILGAN

Ego kolaca kırılır. En küçük bir eleştiride, kendini yenilgiye uğramış hisseder. Bu yüzden de kolayca „kırıcı“ olur. Aslında o, karşıdakini kırarak kendini savunduğunu zanneder.

Kırılmaktan korktuğu için de kendini savunmaya alır. Kendi çevresine görünmez bir zırh örür.

Sonunda kendini savunmak için ördüğü demir parmaklıkların arkasında tutsak olur.

Öz ise, tamamen geçirgendir. Eleştirinin doğru olanı onun yararınadır, çünkü o da gerçeği ister. Yanlış olanı da hiç etkilemez, geçer gider. Çünkü o artık şeffaflaştı.

Öz, kendini savunmaya gerek duymaz. Çünkü gerçek, nasıl olsa bir gün ortaya çıkacaktır.

KAZAN - KAZAN / KAZAN - KAYBET

Ego mantık açısından eğer biri kazanıyorsa, öbürü kaybedecektir. Çıkarların çatışacağı varsayımıyla hareket eder Ego.

Darwin’in Evrim Kuramı, güçlülerin ayakta kalacağı bir gelişim süreci varsayımı üzerine kuruludur. Oysa doğa daha çok ve özellikle, işbirliği ve ortak yaşama üzerine kuruludur.

“Kazan – Kaybet” paradigmasının doğal sonucu, çatışma ve kavgadır.

Böylece kaybetme ihtimaline karşı hep tetikte olmanız gerekir ve kazanan taraf olmak için de bin türlü taktik geliştirmek. Bütün bunların karşılığında gastrit, ülser, baş ağrısı ve uykusuzluk hayatınızın baş aktörleri olurlar.

Böylesine bir mücadeleden kimse galip çıkamaz.

Öz Bilinç, en kalıcı, en mantıklı ve en verimli ilişkinin “Kazan – Kazan”

tutumuyla oluşacağını görür.

Yanımdaki kazanınca aslında ben de kazanırım. Çıkarlarımız ortaktır. Çünkü gerçek verimlilik, paylaşmayla mümkün olur. Hayatın her alanında insan verdikçe alır aslında.

Ticari ilişkilerde, insan ilişkilerinde, uluslararası ilişkilerde, aşkta, sekste ve eğitimde “Kazan – Kazan” tutumu olağanüstü sonuçlar veriyor.

İLKE MERKEZLİ / EGO MERKEZLİ

Ego için tek ölçü, kendi çıkarlarıdır. Bir gün “doğru” dediğine, ertesi gün “yanlış” diyebilir. Dünyayı kendi isteklerine uydurmaya çalışır. Fakat bu asla mümkün olamaz. Evrensel İlkeler güçlü enerjileri sayesinde kendilerini kabul ettirirler. Ego, kaypak ve oynaktır. Sürekli durumu kollar. Çıkarı uğruna ilkelerden, verdiği sözlerden, onurundan kolaylıkla tavizler verir.

Oysa Öz, Evrensel İlkeler’in “kendi”siyle aynı yapıya sahip olduklarını bilir. O ilkelerden beslenir. İlkelerin sonunda mutlaka kendi yararına dönüşecek sonuçlar üreteceğinin farkındadır.

Yeri gelince ilkeleri kendi kişisel çıkarlarından üstün tutar.

Aynı tutarlılığı başkaları için de gösterir.

OLMAK / SAHİP OLMAK

Ego Bilinci, kendi varlığının güvencesini çok şeye sahip olmakta arar. Güce sahip olmak, paraya sahip olmak, bilgiye sahip olmak, karşı cinse sahip olmak. Kendini bunlarla var kılar. Bunlara sahip olduğunda değerli, olmadığında ise bir hiçtir.

Ego, ancak bir şeylere sahip olduğunda mutlu, huzurlu, sevilen ve saygıdeğer biri olacağına inanır.

Oysa Öz için „olmak“ birinci derecede önemlidir. Seven biri olmak, uygulanabilen biri olmak, iyi biri olmak, güvenilir olmak, bilginin kendisi olmak gibi değerler, insanın kalıcı değerleridir. Bunlar bir kez edinildi mi, bir daha kaybedilemez. Hiç kimse bunu elinizden alamaz. Koşullar değişse bile „olmak“ orada duruyor olacaktır.

ESNEKLİK / KATILIK

Ego, katı ve dar bir çerçeve içindedir. Değişmek istemez ve değişimi sevmez. Bu yüzden değişime karşı direnç gösterir. Onun için her şey siyah ve beyazdır. Olayları tek yönüyle görür ve öyle değerlendirir. Ona göre, çözüm için tek bir yol vardır. Bu şekilde yaşayan insanların sık sık kendini çıkmazda ve çaresiz hissetmeleri kaçınılmazdır.

Katı kişilerin bedenleri de katılaşıp bir süre sonra. Hareketleri sert ve tutuktur.

Öz Bilinç ise, berrak bir su gibi akışa uyar. Her yerde, bulunduğu kabın şeklini alır. Çocukla çocuk, büyükle büyük olur yani.

Zamana ve zemine uyar. Böyle olunca bedensel olarak da esnek ve kıvrak olur kişi. Yürüyüşünde, oturuşu ve kalkışında müthiş bir estetik vardır. Esnek kişiler kolaylıkla gülerler. Kahkahayla gülebilmek becerisi, Öz'le uyumun en önemli belirtisi olarak ortaya çıkar.

TEVAZU / GURUR

Ego, kendi varlığına gelebilecek tehlikelere karşı savunma halindedir. Eleştiri kabul etmez, fikrini kolay değiştirmez. Bildiği şey kesinlikle doğrudur.

Ayrıca kendisine ait olan değerler de öylesine dokunulmazlık taşırlar.

İnançları dokunulmazdır, kişiliği dokunulmazdır, yaptıkları tartışılmaz.

Öz, aktive edildiğinde her an değişmeye hazır hale getirir bizi. Yeni bir bakış açısı eskisini kolayca değiştirmeye götürür. Eylemlerimizde gördüğümüz bir yanlış, hemen ve kolayca düzeltilebilir.

Ego, kendi benliğimizi putlaştırmaya iter bizi, oysa Öz doğrular adına kendimizi değiştirmeye yönlendirir.

Gurur, insanın en büyük zaaflarından biridir ve belki de en kolay kapıldığı bir karma girdabıdır.

Başarı, ün, zenginlik ve güzellik hemen arkasından gurur tuzağını peşinden sürükler.

Bütün bu nimetlerden yararlanmak isteyen diğer insanlar, zirvedeki insanın gurunu okşayacak övgüleri sıralamakta gecikmezler.

Kendinden sürekli olarak kuşkulanan Ego Bilinci, bu ölçüsüz övgüler karşısında yapay bir benlik oluşturur.

Büyük İskender kendisinin Tanrı olduğuna o kadar inandırılmıştı ki çevresi tarafından, bir yeri kesilip kanı akınca şaşkınlıkla şöyle sormuştu: “Ben Tanrıysam, bu kan da neyin nesi o zaman?” Yardakçılarının buna da uygun bir yanıt verdiklerine kuşku yok.

İskender ölüm döşeğindeyken, elinin açık olarak mezarının dışında öylece durmasını istemiş ve: “Büyük İskender’in bile elinin boş gittiğini herkesin görmesini istiyorum” demişti.

BİRLEŞTİRİCİLİK / AYIRIMCILIK

Öz, farklılıkların, çeşitliliğin sinerjisini kullanır. Dışarıdan bakıldığında ayrı gözükten şeylerin

derindeki birliğini ve uyumunu yakalar. Onları mükemmel bir şekilde bir araya getirir.

Farklı dinlerdeki ortak özü görür. Kùltürler arasındaki çeşitliliğin tadına varır, bir yandan da hepsinin içindeki insanî unsuru görür. Farklı renk ve ırkların arkasındaki ortak insan paydasını bulur.

İnsanları da birbirine yaklaştırır, kaynaştırır. Ortak noktalara odaklanarak orada birleştirir ve birleşir.

Oysa Ego Bilinci neredeyse bir balık aklıyla bakar dünyaya. Farklı renklere, farklı sözlere takılır. Onları büyütür. İnsanları, iyi, kötü, güzel, çirkin, zengin, fakir, bilen, bilmeyen, dindar, ateist diye ayırır.

Bu bakış açısının yarattığı gerilimden beslenir. Bundan haz alır neredeyse. Çeşitlilikleri kullanarak gelişmek ve yenilikler yaratmak Öz'ün hüneridir. Oysa Ego Bilinci, farklılıklara odaklanarak sonunda kendini yok eder. Kendi kendini ortadan kaldıran bir sistem haline dönüşür.

KUANTUM BENLİK

“Ya görüldüğün gibi ol ya da olduğun gibi görün ya da en iyisi, olmak istediğin kişi ol.”

Olmak istediğiniz kişi olamayacağınızı sanmak, belki de kendinize yapacağınız en büyük haksızlıktır. Çünkü o zaman başkalarının istediği kişi bile olamazsınız.

Bir seminerin son günüydü: “Kendiniz hakkında ne düşünüyorsunuz?” sorusunu yönelttim bir katılımcıya. Bu soruyu ikinci kez soruyordum, ilki, seminere yeni başladıklarında sorulmuştu. Şöyle bir durdu, keyifle gülümsedi, bacak bacak üstüne attı ve büyük büyük harflerle yazmaya başladı. Hem bir yazıyor, hem de kendi kendine yazdıklarını onaylıyordu. „Evet, evet tabii ki öyleyim“ diyordu. Kendisinin “güvenli, soğukkanlı, sevecen” gibi niteliklere sahip olduğunu sıralıyordu. Oysa ilk kez bu soruyu sorduğumda, kendisi için “kırıcı, uyuşuk” gibi nitelikler aklına gelmişti. Bir an durdu, kuşkuyla: „Bunların hepsi birlikte oluşturduğumuz olumlama sözcükleri, yoksa ben farkına varmadan onların kendi niteliklerim olduğunu mu düşünmeye başladım?“ diye sordu. Ben: „Tabii ki öyle“ dedim. “Biz ne olmayı seçersek ve bunu sık sık uygun bir şekilde dile getirirsek, böyle olduğumuzu hayal edersek ve bir de öyle olmayı başarmış birini modellersek, sonunda öyle oluruz, yani, nasıl biri olmayı istiyorsan, öyle biri olursun.“ “Ya bizim kendi yapımız?“ diye

sordu. Bunun üzerine ona çok sevdiğim ve sık sık kullandığım bir deyişi yineledim: “Bir düşünce eken bir eylem biçer, bir eylem eken bir alışkanlık biçer, bir alışkanlık eken bir huy biçer, bir huy eken bir karakter biçer, bir

karakter eken bir kader biçer. İşte senin 'yapı' dediğin, bu sıralamadaki karakter bölümüdür. İşler bu kadar basit ve açıktır.”

İnsan kendi kişiliğinin mimarı olabileceğini farkettiğinde, müthiş bir özgürlük ve sorumluluk duygusu yüreğini sarar.

Bu, bir tür Karakter Mühendisliği'dir!

O halde önce, hangi niteliklere sahip olmak istediğimize karar vermeliyiz.

Bu niteliklere sahip olmak bizde ne gibi duygular uyandırır? Bu nitelikler bize neler kazandırır? Hayatımız nasıl olurdu o zaman?

Bu nitelikler hakkında derinlemesine düşünmek ve yararları konusunda ikna olmak büyük önem taşır.

Seminerler sırasında ortaya bütün olumlu nitelikleri içeren bir sıralama koyarız. Herkes kendisi için uygun olanları seçer. Neye ihtiyacı varsa onu.

Bu bir tür şölendir!

İnsanın kendisiyle ilgili imajı, çevreden aldığı mesajlarla oluşur.

Bizim hakkımızda çevremizin yargıları çoğunlukla sıradan, tek yanlı ve sığdır. Bir süre sonra siz, kendinizi başkalarının gözüyle görmeye başlarsınız.

Bu görüş zaman geçtikçe kemikleşir.

Einstein, ilkokul sıralarında öğretmeni tarafından aptal bir çocuk olarak değerlendirmişti. Öğretmeni annesini okula çağırdı

ve çocuğunu boş yere okula göndermemesi gerektiğini söyledi. Ne komik değil mi? Ama o günlerde Einstein Ailesi'nin bundan çok etkilendiği kesin.

Bir seminerde „kendinizi nasıl görüyorsunuz?“ çalışması sırasında bir kadın kendisi hakkında „muhalif“ deyimini kullanmıştı. Gerçekten de yüzünde

kolay kabullenmeyen, tartışmacı bir ifade vardı. „Belki de sizin için ,tartışıp araştırmadan sonuca varmayan akıllı biri‘ desek daha doğru olacak“ dedim.

Yüzü birden aydınlandı, hatları gevşedi, gözleri parladı. Ondan sonraki çalışmalarda her konuşmayı aynı mütebessim yüz ifadesiyle dinleyen biri olup çıktı. Belki ilk defa birisi ondan yana bir görüş bildiriyordu.

Kendiniz hakkında bir eleştiri ya da yargılama ile karşılaştığınızda: „Kime ve neye göre? Hangi koşullarda ve ne zaman?“ diye sorun. Bu soru bir tür parola gibidir. Sizin için uygun olmayan yargı bu soru karşısında dağılır, çözülür ve deşifre olur.

O halde bu yaklaşım, bir doğru düşünme sanatıdır!

Cervantes'in ünlü eseri Don Kişot, dünyaya bambaşka gözlerle bakmaya karar veren bir asilzadenin hikâyesidir. Bu eseri ölümsüzler arasına koyan özelliği, belki de herkesin kabul ettiği gerçekliği reddeden bir adamın

kişiliğinde, insanların kendi içlerindeki çılgını görmeleridir. Ona göre yeldeğirmenleri birer canavardır. Sadece bu kadar değil, çelimsiz bir at tanınmış bir şövalyenin ünlü atı Rosinante haline gelir. Herkesin basit bir fahişe olarak gördüğü bir kadın da Kraliçe Dulcinea olurur!

Evet, aslında gerçekten delilik! Ama geleceğin büyük bir dehasına aptal damgasını vuran ya da kendini “muhalif” olarak kategorize eden birinden daha akıldışı olamaz sanırım.

Asıl kahraman, sıradan gerçekliği kabul etmeyen ve dünyaya büyü, mucizevî bir sır gibi bakan insandır. Bu yüzden bir peygamber, bir fahişeyi azize, bir köleyi bir lider yapan kişidir. İşte bu yüzden bir lider, işgal altında köleliği kabul etmeye hazır insanları, bağımsız bir ulus haline getirir.

Siz de kendi kendinizin şövalyesi olabilirsiniz! Kendi kendinizin kurtarıcısı! O zaman alın elinize kalemi ve olmak istediğiniz kişiyi çizin!

O halde bu sizin kişisel destanınızdır.

İnsanî niteliklerin kalitesi, aslında iki ayrı güç arasında kurulan dengeyle sağlanır. Örneğin alçakgönüllülük küçülmesini bilen insanların gücüdür. Ama onlar bir yandan da kendi değerlerinin net olarak farkındadırlar.

Abartılı bir tevazu, gizli bir gurur olabileceği gibi, kendini beğenmişlik, üstü kapalı bir güvensizlik işareti olabilir.

O halde bu, bir tür denge oyunudur!

Bütün erdemler, insanın özünde potansiyel olarak bulunur. Onları işlemek ve ortaya çıkarmak, aslında insanın olduğu gibi olması eylemi ya da sürecidir.

O halde bu, bir aslına dönme işlemidir!

İnsan, iç resminde kendi yeni benliğini tasarlamaya başladığında, başta Kuantum düzeyinde oluşan bu enerji seçenekleri, giderek davranışlara ve kimliğe dönüşür.

Tüm erdemler, Tanrı’yı taklit etme ve O’nun gibi olma işleminin bir parçasıdır.

Bu, aslında insan için kaçınılmaz bir kaderdir de!

İşte Erdem Sofrası! Kendiniz için uygun olanı seçip almanız için üstün özellikler listesi:

• **DÜRÜSTLÜK**: Gerçeği ve doğruyu herkesin yararına olmak üzere, zamanında ve en uygun şekilde saklamadan söylemek sanatı.

Güven sağlayıcı bir etki yapar. İşlerin kolayca halledilmesine ve insanların kendilerini huzurlu hissetmesine neden olur.

• **NEZAKET**: Zerafet, güzellik, yumuşaklık ve anlayışın harika bileşimi!

Çevrenizde bir sevgi ve hayranlık atmosferi oluşturmak istiyorsanız, size en uygun erdemlerden biri.

Kırmadan, incitmeden dikkatlice yaşama sanatı. En acı gerçekleri bile bir müjde paketinde sunabilmek. Yeri gelince susmak, yeri gelince konuşmak. Sükûnetle konuşmak ve yumuşak davranmak.

- SAYGI: İnsanların farklılığını ve orijinalliğini kabul etme. Bunlardan keyif alma bilgisi, sınırları iyi çizmek, sınırları bilmek. Karşımızdakini dinlemeyi bilmek, onu anlamak.

İnsanların hata yapma özgürlüklerini kabul etmek. Onların kendileri gibi olmalarından haz almak.

- ÇALIŞMAK: Gelişmek, kendini yenilemek için canla başla eylemde bulunmak.

Kendini aşmaya çalışmak için mücadele etmek. Hayallerini gerçekleştirmek için her yolu denemek.

Bir saniyeyi bir gün gibi kullanmak.

Gerçek çalışma, insanın kendisini gerçekleştireceği ve kendi hedeflerine uygun bütün aktiviteleri içerir. Böyle olunca, bazen hiç bir şey yapmıyor gibi gözükseniz bile, yeni ve yaratıcı fikirler üzerine odaklanmak da çalışma olur. Çünkü bazen aşırı çalışmak, insanın düşünmekten kaçtığı bir faaliyet olabilir. Kendisine ve başkalarına bir değer katmayan angarya işler, görünürde bir faaliyet olsa da, gerçek anlamda çalışmak olamazlar.

Çalışkanlık erdemi arının varlığında somutlaştırılabilir. Arı bütün gün uçar, dolaşır. Çiçek özlerinden tadar, hortumuyla topladığı çiçek özlerinden sonunda bambaşka bir şey oluşturur: Bal.

- CESARET: Korkuyla başedebilme yeteneği. Sonuç için riskleri göze alabilmek. Umutsuzluğa rağmen ilerlemek. Hiçbir işaret levhasının olmadığı bir yolda yürüyebilme gücü.

Cesaret aslında çok akıllıca yapılmış bir muhasebenin sonucudur. Bu, bir kayıp - kazanç hesabıdır. Elde edilecek şeylerin değerine karşılık nelerden vazgeçebileceğini iyi hesaplamak, başkalarının gözünde sizi cesur yapar. Oysa siz, sadece sonuçları çok net olarak öngörebilen iyi bir hesap uzmanısınız.

Sonuç olarak cesaret, kendinden vazgeçerek, kendini bulmaktır.

Az güzelden, “ehven-î şer”den, “idare edelim”den, “elimizden ne gelir ki”den vazgeçerek içinize sinen bir sonuca, tam iyi olana, elinden gelenin en iyisini yapmaya ulaşmak için gösterdiğiniz çabadır cesaret.

Cesaret, insanın kendi bilinçdışı korkularını maskeleyerek için başvurduğu bir tür kabadayılık değildir.

Cesaret olmazsa diğer bütün erdemler çürüyen birer erdem müsveddeleri olarak kalırlar.

Aşk, cesaret gerektirir, çünkü kırılmaktan korkmayı bırakarak gerçekten aşık olursunuz.

Sevgi, cesaret gerektirir, çünkü sevgi tümüyle bir karşılıksız verme eylemidir. Dürüstlük, cesaret gerektirir, çünkü doğruluğuna inandığınız şeyler adına risk alırsınız.

Bilgi, cesaret gerektirir, çünkü her bir öğrenme eylemi, bilgisizliğinizi kabul etme cesaretinden kaynaklanır.

Cesaret erdemi mitolojik Phoenix kuşuyla sembolleştirilebilir. Çünkü bu mitolojik kuş, kendi küllerinden doğar yeniden.

• **TEVAZU**: Kişinin kendini tam tanımasından doğan bir denge hali. Neyi yapabileceğini, neyi yapamayacağını ya da yapmaması gerektiğini bilen insan, mütevacî bir insan kimliğini kazanmış olur. Tevazu, aynı zamanda başkalarının değerlerini de kabul etmek anlamındadır.

Ne kendini olduğundan küçük ve aşağı görmek, ne de yükseklerde ve erişilmez noktalarda sanmak, tevazuyla bağdaşmaz.

Tevazu “ben, en büyüğüm” demez, “ben, iyiyim” der.

Aşırı bir tevazu, bazen büyük bir gururun perdesi olabileceği gibi, aşırı böbürlenme de gizli

bir kompleksin ifadesi olabilir.

Tevazu, insanların sizin yanında kendilerini değerli ve önemli hissetmelerini sağlar.

Sizinle işbirliği yapmak isteğini uyandırır onlarda.

Tevazu erdeminin metaforu topraktır. Toprak alır, geliştirir ve öylece geri sunar.

Toprağa basıp geçersiniz, ama o bunu dert etmez.

• **SABIR**: Sürece duyulan saygıdan kaynaklanır. Her oluşumun bir süresi vardır. Çocuk dokuz ayda doğuma hazır hale gelir. Tohum toprağa düşer-düşmez ondan mahsul alamazsınız. Gerçek sabır, bu bekleme süresinin çalışarak geçirilmesidir aslında. “Sabırla koruk helva olur” deyişi, bu gerçeği çok güzel anlatır.

İstediğiniz sonuçlara ulaşmanın en güzel yolu, acele etmeden hızlı davranmaktır. Bir sonuca erken ulaşmaya çalışmak, bazen onu geciktirebilir.

Zihin bazen zamanla ilgili yanılgılara kapılabilir ve içinde bulunduğu durumu sonsuza yayar. Eğer insan sıkıntıdaysa, zihin sanki bu durum sonsuza dek sürecekmış mesajını verir. Ya da hoş ve güzel durumların da aynı şekilde hep devam edeceğini bildirir bize. Oysa geniş bir perspektifle bakıldığında, herşeyin bir zamanı ve oluşma süreci vardır.

Beklemenin zamanı, harekete geçmenin zamanı, ağlamanın zamanı, gülmenin zamanı, dinlenmenin zamanı ve eğlenmenin zamanı vardır.

- **SEBAT**: Kararlılık ve devamlılık gücü. Hedefe doğru yılmadan, geri dönmeden gitmek.

İçsel motivasyonu sürekli tutabilme yeteneği. Yılgınlığa uğramadan ya da karşımıza çıkan engeller önünde oturup ağlamadan, düşünmek ve çareler aramaya devam etmek. Sonuçtan başka bir şeye razı gelmemek.

Gerekirse binlerce kez denemek.

Karınca'nın kendi cüssesinin on misli ağırlıkları büyük bir inatla yuvasına taşımaya çalışması, iyi bir resimdir sebat erdemini kimliğimize katmak için.

- **ESNEKLİK**: Hedefe doğru yürürken, değişen koşullara uyum sağlamak. Değişime açık olmak. Şeyleri yapış biçimimizi ve düşüncelerimizi yeniden gözden geçirmek. Kendimizi yeniden yapılandırmak, öğrendiklerimizi kendimize ilâve edebilmek.

Esneklik erdemi su metaforu ile çok güzel imgelendirilebilir. Su sürekli akar, hep bir yol bulur kendine. Önüne çıkan engellerin yanından dolaşır.

Bulunduğu kabın şeklini alır.

Esneklik, rüzgârın önüne dikilen bir çalı örneğinde olağanüstü bir biçimde dile getirilmiştir. Rüzgârın önünde bir çınar. Rüzgâr eser çınar dikilir, rüzgâr eser çınar dikilir. Rüzgâr hızını artırır ve çınar devrilir.

Rüzgârın önünde bir çalı, rüzgâr eser, çalı yatar, rüzgâr eser çalı yatar, rüzgâr geçer çalı kalkar.

- **ANLAYIŞ**: Yeri gelince bir başkasının çarışını giymek. O kişiyle empati kurmak. Koşullara karşımızdakinin gözüyle bakabilmek.

Onun şartlarını, içinde bulunduğu durumu ve geçmiş deneyimlerini değerlendirmek ve ona bu bilgilerin ışığında yaklaşmak.

Anlayış dairesi, kendimizi de içine alan bir enerjidir. Kendinize karşı anlayışlı olamıyorsanız, bir başkasına karşı asla olamazsınız.

Anlayış, hemen yanı başında “kabullenmeyi” getirir. O kişiyi yargılayıp dışlamak yerine, onun için bir şeyler yapabilme isteğine dönüştürür kararımızı.

Aslında kimi neyle yargılıyorsak, o noktada kendimizi de yargılamış oluruz. Çünkü anlayışsızlık, deneyim eksikliğinin bir işaretidir ve yargıladığınız şeyi bir gün sizin de yapmanız ihtimali çok yüksektir.

• **GÜÇ**: Gerektiğinde kullanacağımız direnme, engelleme ve hatta savaşıma yeteneği. İnsanlık onurunuz, şerefimize ve namusunuza saldırıda bulunulduğu zaman ya da haksızlıklar karşısında kullanacağınız direnç mekanizması. Öfkenin haklıca dozlandırılmış hali.

Güç erdemine sahip olduğunuzda, örneğin ülkenize saldırıda bulunan düşmana karşı direnirsiniz.

Kendinize yapılmasa bile, bir başkasına yapılan haksızlığa tepki göstermek bir güç erdemi gerektirir.

Gücün metaforu kayadır. Ya da bir hayvan figürü olarak aslan.

Atatürk'ün, Muhammed'in, Jan Dark'ın ve Gandi'nin idealleri ya da ülkeleri için verdikleri savaşta kullandıkları ruhsal erdem, işte böylesine bir güç'tür.

• **YARATICILIK**: Kendini sürekli yenileyen oluşumlar. İnsanın hep kendini değiştirmeye açık olması ve değiştikçe değiştirmesi. Yaratıcılık, ruhun temel güdüsüdür. Kendine özgü, yeni, yapılmamış, duyulmamış şeyler üretmek ve "işte bu benim eserim" diyebilmek.

Yaratıcılık oyunu, bütün erdemlerde olduğu gibi Tanrı'yı taklit etmektir.

Yaratıcı olmak için mutlaka bir şair, ressam ya da besteci olmak gerekmez.

İnsanın en büyük eseri, aslında kendi hayatıdır. Yaşamını özgün, üretici, fark yaratıcı bir biçimde oluşturuyorsa, o kişi bu erdemi ifade ediyordur.

En temel yaratıcı eylem, dünyaya kendi özgün katkısını sunabilmektir.

• **ŞEFKAT**: Sarıp sarmalama, o kişi için onun yararına sıcaklık, anlayış ve kabullenme oluşturmak.

Yeri gelince dinlemek, bazen zaman ayırmak, elinden tutmak, cesaretlendirmek, beklemek yeteneği.

Şefkat, bencilliğimizi aştıkça yüreğimize kök salar. Şefkat olmadan hiçbir yeteneğin anlamı yoktur.

Şefkat olmadan bütün hünerler itici birer gösteriye dönüşür.

Şefkatin biricik metaforu annedir.

KARAKTER MÜHENDİSLİĞİNDE AŞAMALAR

Öncelikle hangi erdemleri oluşturmak istediğinize karar verin. Bu kararı vermek, aslında işin yüzde ellisini oluşturur. Çünkü kararı verirken, bu

erdemine size kazandıracakları konusunu düşünüp, tartmış olursunuz. Bu kazanımlar sizi heyecanlandırır. Bu erdemin enerjisine doğru bir çekilim hissedersiniz.

1- Oluşturmak istediğiniz kimliğin çerçevesini sözcüklerle ifade edin. Bunu önce kendi kendinize, sonra da başkalarına çeşitli nedenleri kullanarak deklare edin. Bir süre sonra başkalarının da sizin o erdeme sahip olduğunuzu belirten ifadelerini duyacaksınız. İşte o zaman daire tamamlanmış olacak. Böylece çifte olumlama almış olacak benliğiniz. Siz: “Ben, sabırlı bir insanım” dediğinizde sabrın tanımını önceden iyi düşünmek koşuluyla bir süre sonra çevrenizdeki insanlar da sizin için “sabırlı bir kişidir” diyecekler. Bir seminer katılımcısı, uzun zamandır görmediği dostlarının, kendisini görür görmez: “Sende bir şey var, gözlerin parlıyor, yoksa aşık mısın? Bizden saklama” dediklerini anlatmıştı.

Karşılıklı kahkaha atmıştık bunu anlatınca. Ben: “Evet, aşıksın gerçekten, ama öncelikle kendine olan aşkını itiraf ediyorsun!” demiştim. Biri size aşık olunca gözlerinizdeki parlaklığın sebebi, onun size duyduğu bu hayranlıktır. Aşk bitince, bir şekilde bu parlaklık da söner. Ama kendinize duyduğunuz hayranlığın parıltısı artarak devam edecektir. Üstelik, bu parlaklığın cazibesine kapılan insanların size duyduğu çekilim de giderek yükselecektir. Böylece siz zaten aşık olunacak biri haline gelirsiniz.

2- Yeni kimliğinizi ve erdeminizi ifade edebileceğiniz kişi ve durumlar içerisinde olmaya dikkat edin. Bu konuda taviz vermeyin. Sigara içenlerin ısrarla içmeyenlere ikram etmesi gibi, sahip olmak istediğiniz kimlik vizyonunu değerli bulmayan insanlar, yeni pozisyonunuzdan pek hoşlanmazlar. Yumuşak, ama kararlı bir biçimde davranarak, vizyonunuzun bozulmasına izin vermeyin.

3- Olmak istediğiniz kimliği kendi şahsında içselleştirmiş olan kişileri modelleyin. Onları gözlemleyin. Nasıl konuşuyorlar? Hangi durumda nasıl davranıyorlar? Kaydedin bunları zihninize. Beden dillerini ve ses tonlarını içselleştirin. Onların bunu nasıl başardıklarının öyküsünü dinleyin. Hangi aşamalardan geçtiklerini, hangi zorluklara göğüs gerdiklerini, nerelerde düşüp, nerelerde kalktıklarını dinleyin. Mücadele güçlerinin kaynaklarını araştırın.

4- Yaratmak istediğiniz yeni benlik formunuza uygun bir çevre yaratın kendinize. Giysinizden tutun, oturduğunuz eve kadar. Dış imajınızı şekillendirin. Giyim tarzınızı, saç stilinizi, okuyacağınız kitapları belirleyin.

Kuantum Benlik, yaşamınızda

Kuantum bir sıçrama yapmanızı doğurur. Bu yüzden çevrenizi yeniden oluşturun.

5- Ya da kendinize yeni kimliğinizin ifadesi olacak, sembolik bir eşya belirleyin. Bir takı, bir resim ya da başka bir şey. Böyle bir kararı verdiğiniz an, o, size gelecektir. Onu görünce kaçırmayın, değerlendirin.

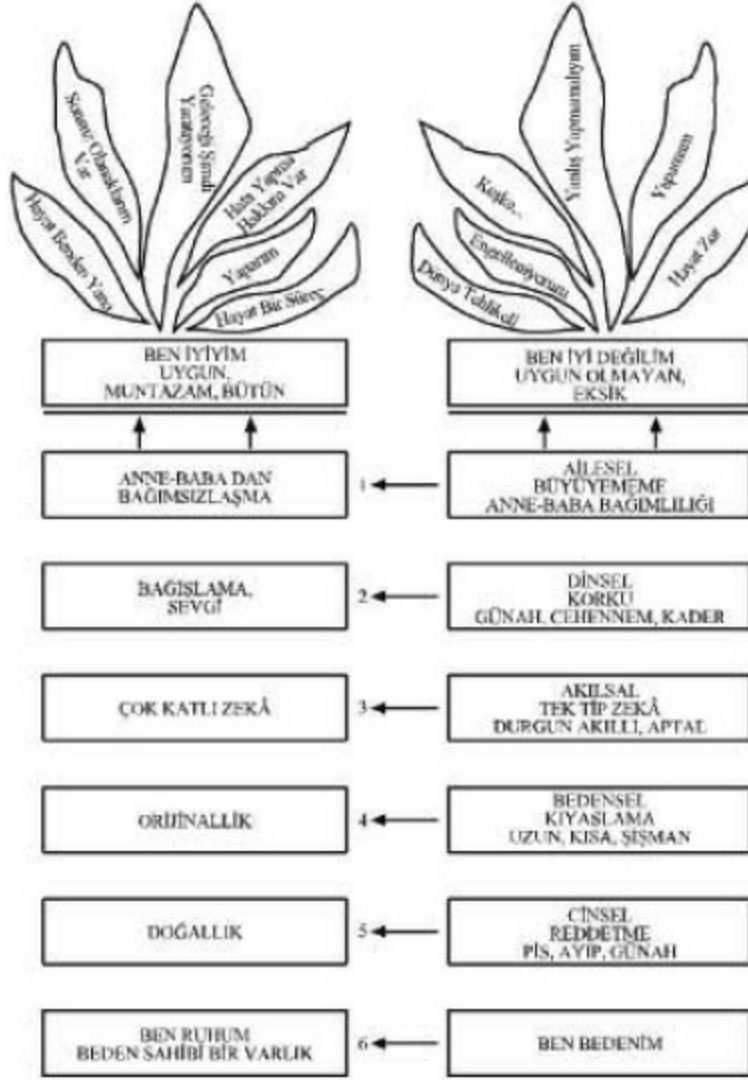
6- Kendi yeni kimlik oluşumunuzu destekleyen bir yandaş belirleyin. Bu bir hayvan figürü olabilir. Oluşturmak istediğiniz erdemi hatırlatacak bir hayvan. Örneğin sevgi için yunus ya da balina, güç için aslan ya da kartal. Gözünüzü kapatıp o erdemi düşündüğünüz zaman, bir süre sonra yandaşınız size kendini bir şekilde belli edecektir.

TEMEL DÜŞÜNCE

KALIPLARI

İnsanın bilinçaltında, hatta hücre belleğinde kök salmış birçok negatif düşünce kalıpları vardır ve bunlar mutluluk amaçlarını baltalayan “kötü bir mirastır”. Bu negatif kalıplar, hem çağlar boyunca yaşanan insanlık macerasının izleri, hem de bilinçaltının işleyiş modelinin sonuçlarıdır.

Her olay ve her deney, insana kendi bedensel sınırlamalarını hatırlatır sürekli. Aynaya baktığında gördüğü bir “beden”dir ve bu bedenimiz bir çok sınırlamayla çevrelenmiştir. Nefes almak ve karnını doyurmak zorundadır. Beden yaşlanır ve ölür. Bütün bunlar her saniye, her dakika ve hayatlar boyu şu sözleri kazır belleğine “sen bir bedenden ibaretsin”. Bütün temel negatif düşünce kalıpları, işte bu çekirdek kabullenişin çevresinde oluşurlar. Ve insanın en büyük düşmanı olan korkunun! Oysa insan gerçekte ruhsal bir varlıktır. Başka bir deyişle, kendini bedenle ifade eden ruhsal bir varlık. Ve ruh, tahrip edilemez, yok edilemez, eksiksiz ve tamdır, tüm potansiyelleri içinde barındırır. Kendi ruhsal özüyle teması kesildiğinde, insanın negatif inançların esiri olması kolaylaşır. Kendini çirkin, yaşlı, uzun ya da kısa olarak algılar. Kendini akılsız, beceriksiz, bilgisiz olarak algılar. Tanrı’yı kendi dışında, uzaklarda ve cezalandırıcı bir Varlık olarak tasarlar.



TEMEL POZİTİF VE NEGATİF DÜŞÜNCE KALİPLERİNİN ŞEMASI

EN TEMEL İNANÇ

İnsan varlık alanının boy gösterdiğinden beri, binlerce yıl boyunca çeşitli neden araçlarını kullanarak evrim oyununa girmiştir. Bir çok kez, farklı şekillerde kendisini geliştirmek ve yükseltmek için kendini bedenle ifade etmiştir. Ancak bu ifade ediş şekli, bir süre sonra bir tür unutkanlığa yol açmış ve bir

dönem sonra, beden sahibi bir üst varlık olduğunu unutmuş, kendini sadece beden olarak algılamaya başlamıştır.

Beden hasta olur, yaralanır, yaşlanır ve ölür. Zayıf ve sınırlıdır. Çeşitli maddî katkılara bağımlıdır. Yemek yemek zorundadır. Kendini korumak zorundadır. Böyle olunca, insan ruhsal bir varlık olduğunu unuttur. Kollardan, bacaklardan ve beyinden ibaret biyolojik bir sınıra indirger kendini. O zaman kendi gerçek gücünün farkına varmamaya başlar. Zayıf, çaresiz ve korkak kalakalır ortada. Bütün diğer negatif inançlar, bu temel inançtan kaynaklanır.

Oysa, insanın ruhsal varlığı sınırsız ve eksiksizdir. Her türlü ihtiyaçtan uzaktır. Yok edilemez ve tahrip edilemez. Fakat bunu yeniden hatırlamak için, hücrelerimize bile sinmiş olan sınırlılık kodlamasını değiştirmemiz gerekmektedir.

Ruhsal varlık, bütün maddî koşullardan ve zamandan bağımsız olarak sonsuz bir özgürlüğe sahiptir. Kendini istediği yerde, istediği biçimde ifade edebilir. Bütün diğer pozitif temel inançlar da, bu temel inançtan kaynaklanmaktaydılar.

CİNSEL TEMEL İNANÇLAR

Cinsellik, çocuk çağlarından başlayarak reddedilen, ayıp ve pis bir şey olarak görülen bir enerjidir. Cinsel organdan bahsedilmesi, son derece ayıp birşey olarak yaşanır. Çocuk cinselliğini herhangi bir şekilde ifade ettiğinde, bir tepki ile karşılaşır. “Yapma, çok ayıp, çek elini ordan” gibi uyarılarla karşılaşır. O zaman bilinçaltında şöyle bir çarpık mantık yürütür: “Ben cinselliğimden zevk alıyorum. Ama bu zevk başkaları tarafından hoş karşılanmıyor. O zaman kendime ait bu duygum, olmaması gereken birşeydir. O halde ben, yapılmaması gereken bir şeyden zevk alıyorum ve o halde ben iyi değilim. Ayıp, pis ve günah birşeyi yapmaktan zevk alan biriyim.”

Cinsel enerjiyi reddetme, insanın kendini bütünüyle kapamasına yol açar. Ya da en azından güdükletmesine neden olur. Böyle olunca, sadece cinselliği değil, neşesi, yaratıcılığı, sevgi hissetme kapasitesi ve hayalgücü de tahribata

uğrar.

Oysa cinsellik, doğal olarak ifade edilmesi gereken bir enerji şeklidir. Hatta bundan da öte, cinsel enerji alışverişi içinde sevgi de olunca, insanı açar ve zenginleştirir. Tüm kapasitelerini ortaya çıkarmak için bir kaynak sağlar. Cinsellik, yemek, içmek ve uyumak kadar doğal bir eylemdir. Ama bütün bunları aşan, bir arınma, şarj olma ve zenginleşme ayinidir de aynı zamanda. Cinselliğini doğal olarak yaşayan ve hisseden biri için, bilinçaltında oluşan temel duygu: “BEN İYİYİM”DİR.

BEDENSEL TEMEL İNANÇLAR

Bedensel olarak birbirleriyle kıyaslandıklarında ve oluşturulmuş bir ölçüye göre değerlendirildiğinde, birisi diğerine göre şişman, öbürü bir başkasına göre uzun ya da kısa ya da çirkin olacaktır.

Çocuklar sık sık böyle değerlendirmelere tabî tutulurlar.

Bir tanıdığım, sadece ablasından daha iri olduğu için, her misafirliğe gidişte “o biraz iridir” yargısını duymuştu. Belki de “o, kardeşine göre daha iri duruyor” denmeliydi. Genç kızlığından itibaren süratle kilo almaya başladı. Hiçbir şey onun kilo almasını durduramıyordu. Sonunda söylenenleri boşa çıkarmamış ve iri bir kadın olmuştu!

Bir başkası, bedensel etiketlemelerden söz ederken, anneannesinin kendisi için “senin belin ince, kalçaların geniş, uzun tünikler giy ki belli olmasın” dediğini hatırladı. Gerçekten de ince beli ve geniş kalçaları için utanç duyuyordu. Bunu duyunca hepimiz şaşırdık. Vücudu çok güzeldi ve özellikle beli ve kalçası onu alımlı bir kadın yapıyordu.

Hatırlıyorum, küçükken “neden benim bacaklarım futbolcularınki gibi hafif eğri değil?” diye üzülür dururdum.

Bu örnekler böyle uzar gider. Asıl önemli olan, bu tip yargıların bilinçaltımızda nasıl işlem görüp, ne gibi yıkıcı sonuçlar doğuracağıdır.

Böylesine yargılar “ben standartlara uygun değilim, olması gerektiği gibi değilim ve ben aslında İYİ DEĞİLİM” sonucunu destekler.

Her insan tamamen orijinal bir bedensel yapıya sahiptir. Bir başkasıyla

kıyaslandığında neyin ölçü olarak alınacağı, o dönemin eğilimlerine ve modasına göre belirlenir. Örneğin 70'lerde çırpı bacaklı, sıska, hastalıklı görünüşlü Twigy ideal kadın olarak lânse ediliyordu. Oysa Rönesans döneminde yapılan tablolaradaki kadın figürleri bir hayli selülitlidir. İnsan kendini sevdiğinde, saklanamaz bir cazibe çıkar ortaya. Cazibe bedenden değil, ruhtan gelir.

Naim Süleymanoğlu kısacık boyuyla elbiseler içinde komik gözükrken, piste çıktığında devleşir, bir Yunan Tanrısı'na benzeyen yüzüyle ilâhlaşır. Sezen Aksu minicik, kalın dudaklı, koca kulaklı bir kadındır. Sahneye çıktığında neredeyse ilâhi bir güzellik görürsünüz yüzünde. Elektriği bütün salonu kaplar.

İnsanın kendini sevmesi ise, dünyanın aynasında gördüğü görüntüyle ilgilidir. Dünyaya sunduğunuz her türlü güzellik, size cazibe olarak geri döner. Bu yüzden ne durumda olduğunuz değil, evrene neler verdiğiniz önemlidir.

AKILSAL TEMEL İNANÇLAR

Bilimsel araştırmalar, insanlarda 8 ayrı zekâ türü olduğunu ortaya çıkarmıştır. Howard Gardner tarafından geliştirilen Çoklu Zekâ Kuramı'na göre, aynen bedensel farklılıklarda olduğu gibi insanların zekâları arasında da farklılıklar vardır. Yeni geliştirilen Çoklu Zekâ kavramı insanların bu farklı zekâ türlerini şöyle sıralıyor:

1. Sözel – Dilsel Zekâ

Dinleme becerisi yüksektir. Kelime oyunlarını sever. İyi bir fıkra anlatıcısıdır. Sözel olarak iyi iletişim kurar.

Bu kişiler, öğretmen, gazeteci, yazar, şair, edebiyatçı, romancı olurlar.

2. Mantıksal - Matematiksel Zekâ

Zihinden işlemleri kolayca yapar. Güçlü bir muhakemesi vardır. Bilgiler arasında bağlantı kurar. Matematik oyunlarından hoşlanır. Soyut ve kavramsal düşünebilir.

Bu tip zekâyâ sahip olan kişiler, bilim adamı, matematikçi, mühendis, ekonomist olurlar.

3. Görsel – Uzamsal Zekâ

Harita, tablo ve diyagramları kolay okur. Arkadaşlarına göre daha çok hayal kurar. Görsel sunuları tercih eder. Nesnelerin yerini bilir.

Görsel zekâyâ sahip olan kişiler, mimar, mühendis, heykeltıraş, fotoğrafçı, ressam, dekoratör olurlar.

4. Müziksel – Ritmik Zekâ

Şarkıların melodisini hatırlar, güzel şarkı söyler, müzik aleti çalar, ritmik konuşur ve hareket eder, çalışırken masaya vurarak ritm çalar, çevresel gürültülere duyarlıdır.

Bu tip zekâyâ sahip olan kişiler, kompozitör, korist, besteci, tiyatrocu, şarkıcı, söz yazarı olurlar.

5. Bedensel – Kinestetik Zekâ

Duygularını vücut diliyle ifade eder. Bir veya daha fazla sporla uğraşır.

Bu kişiler, atlet, dansçı, aktör, balerin, pandomimci, cerrah olurlar.

6. Doğa Zekâsı

Hayvanlara meraklıdır. Açık havada olmaktan hoşlanır. Farklı bitki ve hayvanlara ilgi duyar. Doğa olaylarına meraklıdır.

Ziraat mühendisi, çiçekçi, zoolog, veteriner, astronom, bitki bilimci olurlar.

7. Kişilerarası Zekâ

Sosyal ilişkiler kurmaktan hoşlanır. Doğal bir lider olarak görünür. Problemi olan arkadaşına öğütler verir. Bir şeyler anlatmaktan hoşlanır. Başkalarını düşünür, diğerleri onu arkadaşlık için arar.

İş adamı, dinî lider, politikacı, danışman, antropolog, parti lideri, hemşire olurlar.

8. İçsel Zekâ

Bağımsızlık duygusu güçlüdür. Güçlü ve zayıf yönlerini tanır. Gerçekçi amaçlar oluşturur. Kendini iyi motive eder. Kendi başına çalışmayı tercih eder. Ne hissettiğini doğru şekilde söyler. Hatalardan ve başarılarından öğrenir. Öz saygısı yüksektir.

İçsel zekâ yönünde gelişmiş kişiler, psikolog, dinî lider, araştırmacı, felsefeci, şair, ilâhiyatçı, politik lider, sanatçı ve yazar olurlar.

Artık eğitimde ve meslek seçiminde, bu bilgiye göre düzenlemeler yapılıyor. Aslında bu zekâ türleri de kendi içinde alt bölümlere ayrılıyor olmalı. Ve belki de bir gün dünyadaki insan sayısı kadar zekâ türü olduğu gerçeğini keşfedeceğiz.

Tek tip zekâ türü anlayışı, bütün diğer zekâ sahiplerini bir çırpıda budayıp

atan bir etki yapar. Bu yüzden insanlar kendilerini zekâ olarak yetersiz olarak algırlarlar.

Okul sıralarında, basit matematik problemlerini çözemediğim için üzülür, aklımın niye buna yetmediğine hayıflanırdım. Çok sonraları konservatuara ilk onda girdiğimde, yeteneklerimin kolayca açılıp - genişlediği bir okulda bulunmak beni son derece mutlu etmişti. O zamanı yolda yürüken çaldığım ıslakların bile aslında çok iyi besteler olabileceğini farketdiğimde çok şaşırmıştım.

Bu yüzden birçok kişi zekâ türlerine ve yeteneklerine uygun olmayan meslekleri seçiyor ve başarısız oldukları için de mutsuz oluyorlar.

Bilinçaltımızın “aptal, geri zekâlı, bir türlü anlayamıyorsun” gibi yargılamaları karşısında nasıl bir kodlamaya sahip olacağımızı hesap etmek pek güç olmasa gerek.

Eğer zekânız beklenen şekilde işlemiyorsa, kendiniz için standartlara uygun olmadığınız ya da defolu olduğunuz inancına sahip olursunuz. Bu da yine “BEN İYİ DEĞİLİM” sonucunu destekleyen bir kalıp oluşturur.

DİNSEL TEMEL İNANÇLAR

Kulaktan dolma bilgiler, hurafeler ve bazen de bilerek değiştirilmiş dinsel dogmalar, çekirdek negatif inançlarımıza yenilerini eklerler. Günah, yargılama, cezalandırma ve cehennem söylemleri ön plana çıkar.

Küçücük bir yalan, büyük bir ceza beklentisi doğurur. Bir çok şey günahtır, saçının ucunu göstermekten tutun da, belli duaları belli zamanlarda belli şekilde okumamaya kadar. Bu nedenle insanın bu günah bariyerlerine çarpmadan yaşaması neredeyse imkânsızdır.

Umberto Eco’nun “Gülün Adı” eserinde olduğu gibi, sonunda din görünüşü altında bir karabasan, olanca ağırlığı ile insanın üstüne çöker. Gülmek günahtır, insan bedeni ayartıcıdır, farklı düşünmek günahtır.

Böyle olunca, kaçınılmaz olarak bunlardan en küçük birini yaptığınızda, derinliklerinizde bir yerde Tanrı’ya karşı suç işlemiş olduğunuz fikriyle yaşamak zorunda kalırsınız.

Çarpıtılmış dinsel mantık, insanın tam bir açmaza girmesine

neden olur.

Tanrı, hem başından bu yana insanın kaderini alnına çizmiştir, hem de eylemlerinin sonuçlarını değerlendirerek onu sorumlu tutar.

İnsanın kaçacak noktası yoktur yani. Sıkıştırılmıştır dört bir yandan günahkâr olduğuna. Yoldan çıktığına inanmak, insanın “İYİ OLMADIĞINA” dair çekirdek düşüncesini pekiştirir.

Oysa gerçek din, özünde tam bir sevgi ve özgürlük anlayışını destekler.

Dini, bütün hurafelerinden, ilâvelerinden, yanlış yorumlarından arındırdığımızda geriye kalan, saf sevgiden başka bir şey değildir.

Tanrı insanı, kendi güzelliğini görmek ve göstermek için yaratmıştır.

“Gizli bir hazineydim, bilinmek istedim ve insanı varettim” sözü, bu görüşü çok güzel anlatır. Ayrıca insan, Tanrı’nın halifesidir. Yani O’nun tüm nitelikleriyle bezenmiştir.

Yine gerçek dinsel görüş, Tanrı’nın insana şahdamarından daha yakın olduğunu söyler.

Tanrı, eğer insan arzu ederse onunla söyleşir, rehberlik eder.

Daha da ilerisi Tanrı, insan aracılığı ile yaratmayı sürdürmek istemektedir.

Tanrı, insanın dostu olmaya hazırdır her zaman, yeter ki insan bunu istesin.

AİLESEL TEMEL İNANÇLAR

Çocuk, neredeyse tüm yaşam programını anne – baba ile olan ilişkisinden oluşturur.

Bu ilişki sırasında edindiği inançlar diğer benzer yapılaşmaların da temeli olacaktır. Çocuk için anne ve baba bir tür Tanrı’dır. Her şeye kadir bir varlıktır. Yaşamı, güvenliği, sevgi ihtiyacının karşılanması, değerlerle ilgili yapılanma hep bu ilişkiden ortaya çıkar.

Çocuk, özgürlük gereksinimi ile anne – baba güvenliği arasında gidip gelir. Bir süre sonra da, onların gördüğü gibi görür kendini. Onlar gibi düşünür, onlar gibi davranır.

Böylece kendi kimliği ve kişiliği ortadan kalkar.

Olgunluk çağında kendi ayakları üzerine dikilip, kendi dünya görüşünü oturttuğunda gerçek bir birey olur. Anne – baba figürünü de içselleştirmiş

(yani, bilinçaltına itmiş ve aşmış) olur böylelikle.

Bu, bir anlamda “anne ve babamda ölmek” demektir.

Artık onların onayını almak ya da onlardan destek almak ihtiyacı ortadan kalkmıştır.

TEMEL İNANÇLARDAN KAYNAKLANAN YARGILAR

Bir önceki bölümde bahsedilen bu temel inançlar, aynı bir ağacın gövdesi gibi, insanın temel yapısını oluştururlar:

A - Negatif Temel İnançlar: “BEN İYİ DEĞİLİM” genelinde toplanır.

B - Pozitif Temel İnançlar ise: “BEN İYİYİM” temelinde.

Bunlardan da neredeyse otomatik olarak şu temel inançlar üretilir:

A - NEGATİF TEMEL İNANÇLAR

- İyi ve güzel şeyleri hak etmek için çok çabalamalıyım.
- İktidar mücadelesi hayatın kaçınılmaz temasıdır.
- Yapamam çünkü engellerim var.
- Hayat bana karşı.
- Mümkün değil.
- Hiçbir zaman düzgün ve kabul edilir olamayacağım.
- Dünya tehlikeli bir yer ve insanlara güven olmaz.
- Zevk almak günahtır. Sorumluluklarımız vardır.
- Katılmasam bile “evet” demeliyim.
- Kendi çıkarlarımı düşünmek doğru bir şey değil.
- Sevilmek için uygun değilim.
- Tam isteklerime kavuşurken hep bir aksilik çıkar.
- Mutlu olmayı başaramayacağım.
- Çok şanssızım.
- Ya mükemmel olmalı ya da hiç.
- Başarmak için yeterli değilim.
- Birilerinin yardımı olmadan bir şey yapamam.

B- POZİTİF TEMEL İNANÇLAR

- İyi ve güzel şeyleri hak etmem için olduğum gibi davranmam yeterli.
- Hayat, işbirliği ve yardımlaşma temeli üzerine kuruludur.
- Yaparım çünkü kaynaklarım var.
- Hayat benden yana.
- Herşey mümkün.

- Dünya sonsuz seçenekler ve sınırsız olanaklarla dolu.
- “Hayır” demem gerektiğinde kimseyi kırmış olmam.
- Kendi gerçek çıkarlarım, temelde herkesin de üstün çıkarıdır.
- Kendim olduğumda sevilirim.
- İsteklerime kolayca ulaşırım.
- Mutluluk benim doğal halimdir.
- Yapabildiğimin en iyisi mükemmel olandır.

BİLİNÇ KATMANLARI

İnsan, çok boyutlu ve çok katlı bir yapıya sahiptir. Günlük hayatımızda kendimizin farkına vardığı bilinç durumlarının ötesinde bir çok farklı bilinç durumumuz vardır.

Uyanık durumdayken farklı, uykudayken farklı, hipnoz ve meditasyon durumundayken daha farklı bilinç alanlarımızı idrak ederiz.

Bunlardan da öte, insanın bütün insanlıkla buluştuğu ortak bir insanlık zemini mevcuttur.

Daha da derinlere ya da yükseklerle inildiğinde karşımıza, kitabın başında da sözünü ettiğimiz Öz Varlığımız çıkar.

Ve bütün bu bilinç katmanları bir Evrensel Bilinç Okyanusu’nun içinde yüzmektedirler.

Hipnoz deneyimi, LSD ve diğer uyarıcılar eşliğinde çeşitli üniversitelerde yapılan yapılan araştırmalarda, meditasyon ya da trans durumlarında, bilincin çok farklı katmanlara sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Çek asıllı Amerikalı psikolog Stanislav Grof, 40 yıl süren araştırmaları boyunca, her biri beş saat süren binin üzerinde LSD seansın kayıtlarını inceledikten sonra, kesin olarak olağandışı bir şeylerin varolduğu kanısına vardı. Grof, Beyond the Brain (Beynin Ötesinde) adlı kitabında çalışmaları ile ilgili şunları ifade ediyor:

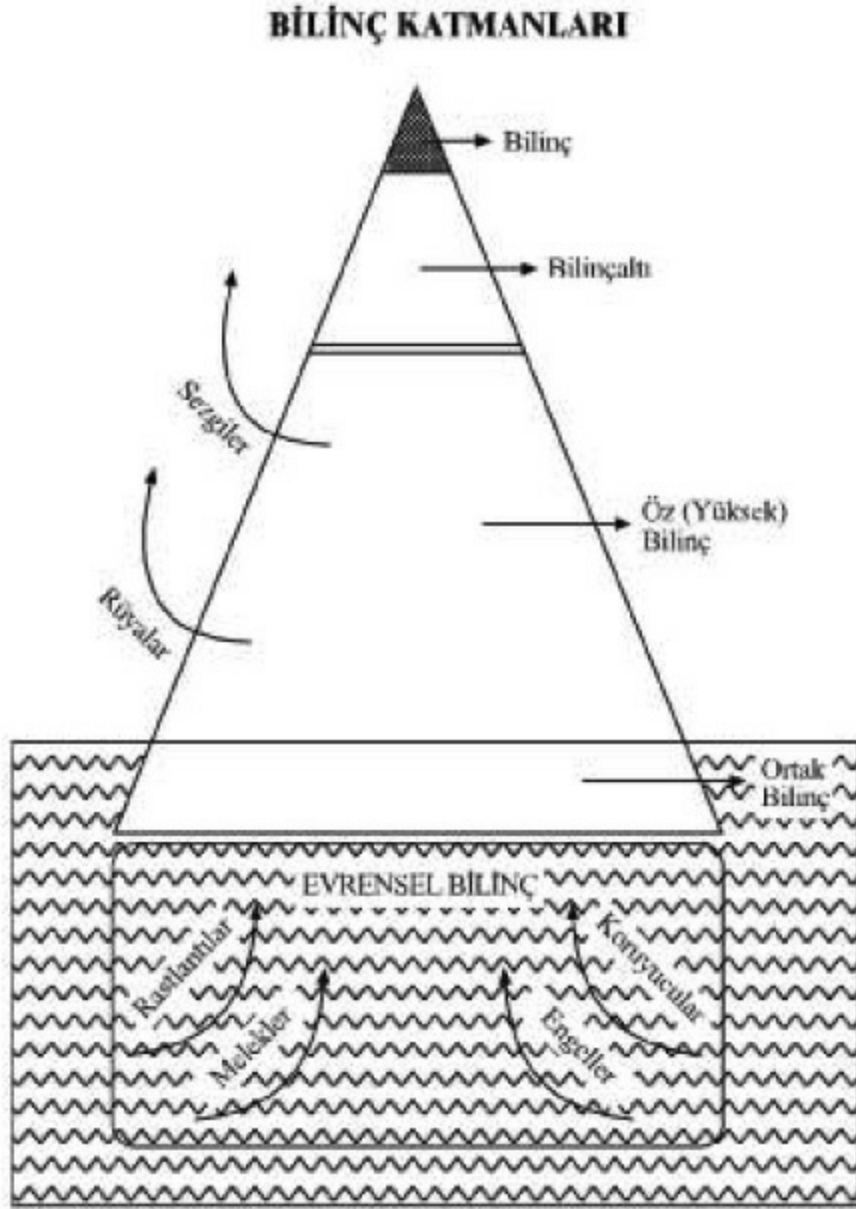
“Yıllar süren kavramsal mücadele ve çatışmadan sonra, LSD araştırmalarından çıkan verilerin, psikoloji, psikiyatri, tıp ve genel olarak bilimin günümüzde geçerli olan paradigmalarında hızla etkin bir düzenlemeye gidilmesinin gerekliliğine işaret etmekte olduğu sonucuna vardım. Şu anda evren, gerçekliğin yapısı ve özellikle de insan ırkı hakkında geçerli olan anlayışların yapay, yanlış ve eksik olduğu konusunda çok az kuşku var.”

Grof, daha sonra olağandışı bilinç durumlarının herhangi bir kimyasal madde olmaksızın da elde edilebileceğini keşfetti ve eşi Christine Grof’la birlikte

“holotropik terapi” adını verdikleri bir teknik geliştirdiler.

Aslında insanın derin psikolojik yapısı, yazar ve filozof Aldous Huxley’in deyişiyle “daimi felsefe” (perennial philosophy) tarafından sürekli olarak tekrar edilmiş bir konudur. Hem de hep aynı temel kavramları işleyerek. Yunus Emre: “Bir Ben vardır Ben’den içeri” derken, insan bilincinin çok katlı gerçekliğini bir anlamda formüle etmiştir.

Hint geleneklerinde Atman (insanî nitelik) ile Brahman (Tanrısal nitelik) aslında bir paranın iki yüzü gibi birbirini bütünleyen bir bilinç pozisyonunu anlatırlar.



BİLİNÇALTI

Bilinçaltı, insanın bütün deneyimlerini içinde barındıran canlı bir arşiv niteliği taşır. Bu deneyimlere önceki hayatlar da dahildir. En küçük detaylar, belli tarih kompartımanlarında bilinçaltında saklı tutulur. Hipnoz deneyleri, bilinçaltının gücünü anlamak konusunda bize geniş olanaklar sunar.

Örneğin hiç dikkat etmeden tırmandığınız merdivenlerdeki basamakların sayısını hipnoz sırasında rahatlıkla hatırlarsınız. Kişi bu durumdayken, çok kısa bir süre baktığı bir sayfalık metni daha sonra sorulduğunda satır satır aktarabilir.

Bilincin dingin düzeyinde beyin, alfa dalgası yayınlar. Araştırmalar bu sırada öğrenmenin süratlendiğini göstermektedir.

Bu düzeyde bilinçaltına gönderilen komutlar, aynen söylendiği gibi komut verildiği daha sonra unutulsa bile uygulanmaktadır. Örneğin belli bir saatte kalkma komutunu verdiğinizde, komutu alan kişi o saatte otomatik olarak kalkmaktadır.

Bilinçaltımın gücünü deneyerek test etmeye niyetlendiğim dönemlerde, gözlüğümü bulamadığım o günü hatırlıyorum. Akşam yatarken kanapenin altına koymuştum yarı uykulu, sabah kalktım, aradım araştırdım yok. O sıralar evime bir yardımcı kadın geliyordu. Kadın da alabildiğine karamsar biriydi. Başladı

söylenmeye: “Ya gözlüğünüzü bulamazsanız, keşke düzgün bir şekilde koysaydınız, şimdi ne olacak?” Sanki benim Ego Bilincim ayaklanmış karşımda duruyor. “Sen susar mısın lütfen!” dedim ve çok emin bir ses tonuyla, “ben şimdi traş olmaya gidiyorum, döndüğümde onu bulacağım” diye ilâve ettim. Bir yandan böyle söylerken, bir yandan da “acaba çok mu iddialı konuştum?” diye düşünüyordum.

Traş olmaya başladım. Kafamın içinden bir ses “gözlüğün kanapenin altında” dedi.

“Ama” dedim “ben oraya bakmıştım!” Ses devam etti: “Evet ama, kanapeyi çekerken sürükleyerek çektin. Şimdi kaldırarak çekersen gözlüğü görürsün.” Hemen içeri koştum. Bilinçaltı sesimin dediği gibi kanapeyi çektim, gerçekten de gözlüğüm orada duruyordu!

Buna benzer çok olay yaşadım. Her seferinde çok etkileyici sonuçlar aldım. Hatta aynı etkileyici konuşmayı yaparak başkalarında da arzu edilen sonucu oluşturmak mümkün.

Bir seferinde, seminerin ilk günü bir hanım: “Şimdi bu teknik benim

sabahları erken ve dinlenmiş bir şekilde kalkmamı sağlayacak mı?” diye sordu.

“Gerçekten istiyor musun?” dedim. Şaşırarak kekeledi “tabii!” dedi.

Yineledim: “İstiyor musun?” İsteğini yineledi: “Evet” ve aslında böyle iki kere soruyu tekrar ederek, bilinçaltına kendisi bizzat emri vermiş oluyordu. Ertesi sabah heyecanla dersi yaptığımız yeri arayıp: “Hocam bana ne yaptı?” diye sormuş. Çünkü uzun süredir ilk kez sabah erkenden zinde ve neşeli bir şekilde uyanmış.

Tabii daha sonra derslere devam ettikçe, benim ona bir şey yapmadığımı, isteğini dile getirerek bizzat kendi kendisini erken kalkmaya kurgulamış olduğunu anladı.

Seminerlere başlayanlara ilk sorduğum soru şu olur: “Gerçekten hayatınızı değiştirmek istiyor musunuz? Gerçekten artık mutlu olmak ve coşku dolu bir hayatı yaşamak istiyor musunuz?”

“EVET!” diye yanıt alırım tabii ki, onlar da böylelikle yeni bir hayat için gerekli olan koşulların oluşturulması için ilk hareketi başlatmış olurlar.

Bilinçaltı, bizim emirlerimize göre hareket eden dev bir güç merkezidir.

Doğru ya da yanlış ayırdetmeden, ne dersek ve ne düşünersek yerine getirir. Çünkü o da bizim diğer bilinç katmanlarımızla ve Evrensel Zekâ ile iletişim halindedir.

Bilinç katmanlarımızla uyumlandığımızda bilinçaltımızdan da büyük oranda yararlanmamız mümkün olabilir.

Bilinçaltı bize rüyalar ve sezgiler aracılığı ile ulaşır.

O yüzden, rüyalarla ilgili dikkatimizi uyanık tutmak, bilgeliğimiz için büyük önem taşımaktadır.

Eski çağlarda çok iyi rüya yorumlayan kişilerin önemli devlet görevlerine getirilmeleri bir rastlantı değildi.

Çünkü iyi rüya yorumlayan kişi, ortak bilinç alanında akıp giden bilgileri izleyebilme yeteneği olan kişilerden aslında bir tür istihbarat almış oluyordu.

Bilinç katmanları arasında uyumlama yaptıkça (sonraki bölümlerde bu konuda daha geniş önerilerimiz olacak) daha açık ve net rüyalar görürüz ve gördüğümüz rüyaların gerçekleşme oranı daha çok artar.

Bilinçaltı, eğer onu doğru biçimde yönlendirirsek, istediğimiz bilgilerin bize ulaşmasını sağlar.

Bu nedenle öğrenmek istediğimiz herhangi birşey için ona başvurabilir. “Şu, şu bilgilerin bana ulaşmasını istiyorum” diye emir verebiliriz.

Nasıl bir kütüphaneye gidip, memura istek fişi veriyorsanız ve o da istediğiniz kitabı size getiriyorsa, bilinçaltı da bu emri aynen yerine getirebilir.

Hatta siz bilinçli olarak talep etmeseniz bile, içsel olarak ihtiyacınız olan bilgi, tam zamanında

önünüze çıkıverir. Ancak onu uzanıp almak da bir beceri ve bilgi ister.

Psikolojide “serendipity” denilen bu yetenek: “Beklenmedik bir zamanda karşımıza çıkıveren ve bir ihtiyacımızı karşılayan sürprizleri uzanıp alma yeteneği” olarak tanımlanır.

Bilinçaltı, düşüncelerimizi görsel bir biçime sokar. Düşünce ve sözlerinize yüklediğiniz anlamları görsel malzemelere dönüştürür.

Bu görsel malzemenin ne olduğunu tam olarak görebildiğinizde yaratmanın sırrını da çözmüş olursunuz.

Birlikte Kuantum Düşünce Çalışması yaptığımız bir öğretmen, alacağı yüklüce bir paradan söz ediyordu. Bir otomobil alışverişi sırasında galericiden alacağı kalmıştı. Adam onu hep atlatıyor ve “bu ara pek müsait değilim diyordu.” Öğretmen artık paradan umudu kesmişti. “Adamlar bildiğin gibi değil” diyordu: “Mafya onlar!”

Bunu öyle bir tonlamada söylüyordu ki, bilinçaltının nasıl bir resim oluşturduğunu görebiliyordum, onun bilinçaltı ekranında alacaklısı bir devdi. O ise, onun karşısında bir çöp adamdan farksızdı. Önce bu görüntüyü değiştirdik. Sonra parayı ödemesinin o kişinin de yaşamını olumlu anlamda değiştireceğini, çünkü o zaman bereket akışının özellikle borcunu ödemeyen adam için düzene gireceğini anlattım. Bir sonraki görüşmemizde, artık bir çok kişinin yüzünde göre göre kanıksadığım şaşkın, ama sevinçli yüz ifadesiyle karşılaştım.

Adam birdenbire ona telefon edip, borcunun yarısını çek olarak, yarısını da nakden ödemek istediğini söylemiş.

Altı sene önce bir konuda aldığım kesin bir kararımı bilinçaltıma ilettim. Bir daha kesinlikle grip olup, ateşli bir biçimde yataklara düşmeyecektim. Daha önceleri klasik grip sohbetleri sırasında -herkesin kendi hastalığını ballandıra ballandıra anlattığı- konuşmalara: “Ben, her kış sadece bir hafta yatarım, bir daha da hasta olmam” gibi bir katkıda bulunuyordum. Gerçekten birkaç yıldan beri hastalığım bu seyri izliyordu. Bir gün gribimin seyrini bile kendi kendime tayin ettiğimi farketmişim o biliş haliyle ve yeni kararımı bildirdim bilinçaltıma. Evet, o günden beri de kışları hastalanıp, yatmadım!

ÖZ BİLİNÇ

İnsanın, saf, bütün mükemmel ve gerçek halidir.

Öz Bilinç, tüm sevginin, gücün, bilginin ve güzelliğin enerjisini saklar içinde, değişmez ve bozulmaz. Hiçbir zaman tamlığından ve bütünlüğünden bir şey kaybetmez.

Siz kendinizi zayıf, güçsüz ve çaresiz sandığınızda, o bütün çözümleri biliyordur.

Siz kendinizin kirlenmiş, günahkâr ve yoldan çıkmış olduğunuza inandığınızda, o tertemiz olduğunuzu bilir.

Siz, artık bir adım bile atamayacağınızı sandığınızda, o yolu yarılamıştır bile. Kafanız karmakarışık olduğunda, onun bulunduğu yerde müthiş bir düzen vardır.

Kimsesiz olduğunuzu düşündüğünüzde, o sizin kimsenizdir.

Öz Bilinç, bir yandan bütün insanlık bilinciyle temastayken, diğer yandan Evrensel Bilinç ile de iletişim halindedir.

“Ne zaman? Neyi? Nasıl?” yapmanız gerektiğini en iyi bilen odur.

O, sizi her zaman doğru yere çeker.

Öz Bilinç ilhamlar ve rüyalarla bilince ulaşır.

Tabii ki bunun için bilinç katmanlarımızla tamamen uyumlanmanız gerekir. (Uyumlanma konusunda sonraki bölümde geniş öneriler bulacaksınız.)

Öz, içimizdeki mükemmel model gibidir. Bir heykeltraşın kafasındaki figürü kaya parçasının içinden çıkarması gibi, Öz'ümüzün bitmiş formu, her hayat deneyimimizde biraz daha belirginleşerek ortaya çıkar.

Bir sanatçının yaratıcılığında, bir ermişin dünyayı aşmışlığında, insan Öz'ünün ışığı parlar. Bir çocuğun doğallığında, bir kadının güzelliğinde Öz'ün yansımaları yakalayabiliriz. Bir yaşam ustasının olaylara yaklaşımında gösterdiği bilgelikte ya da bir bilim adamının araştırma heyecanında bu gücün açılımını görürüz.

Bu insanlara duyduğumuz hayranlık, aslında aynı niteliklerin bizde de olduğuna dair bir ipucudur. Hayranlık duyduğunuz şey, o kişilerin eylemlerinde bizzat kendinizsiniz aslında.

Hatta hayvanlar dünyası bile, bize kendimiz hakkında ipuçları verir. Her hayvanın doğal olarak sahip olduğu nitelikler bize Öz'ümüzü hatırlatırlatan ipuçlarıdır.

İnsan soyunun yüzakı olan kişilerin hayatlarını modellemek, bu bakımdan büyük önem taşır. O insanların hangi şartlarda nasıl davrandıkları, neler düşünüp, neler hissettikleri bize olağanüstü veriler sunar.

Öz, hiçbir zaman zorlayıcı değildir. Mesajlarını yumuşak, açık, sakın ve zorlamasız iletir.

Öz Bilinç zaman ve mekânla sınırlı değildir. (Hatta hiçbir şeyle sınırlı değildir.)

O her zaman bizimledir. Daha doğrusu biz O'yuz.

İster ruhsal tedavide olsun, isterse de eğitimde, insan ilişkilerinde, hatta ekonomik faaliyetlerde. Öz Bilinç gerçeğine uygun yaklaşımların çabuk ve kalıcı etkiler yaratması doğaldır.

İnsanın öz olarak iyi, yapıcı, güçlü, bilgili ve sevecen olduğu gerçeğine uygun davrandığınızda, o insanın bu davranışa paralel tepkiler vermesi kaçınılmazdır.

2001 yılı Ağustos ayıydı. Ege'de Bafa Gölü kıyısındaki bir motelde seminer vermek üzere yola çıkmıştım. Bu gidiş, tam da benim tüm maddi bağlarımdan, başlangıçta mecburen, sonra ise gönüllü olarak sıyrıldığım bir zamana denk düşmüştü. Elimdeki küçük çantanın dışında birşeyim yoktu. Buna karşın içimde müthiş bir güven duygusuyla yola çıktım. Ertesi gece,

katılımcılarla birlikte Bafa Gölü kıyısındaki o küçük iskelede meditasyon yapıyorduk. Göl, arkasındaki o esrarengiz dağ, arkada orman ve sessizlik o kadar etkileyiciydi ki! Bir ara kendimi sanki sonsuz bir boşlukta yuvarlanıyormuş gibi hissettim. Sanki boşlukta dans eder gibi döne döne ilerliyor, bir yandan da genişliyordum. Birdenbire müthiş bir huzur kapladı içimi. Önceki hiçbir meditasyonumda olmadığı kadar farklı bir boyutta olduğumu hissediyordum. Gözüm kapalıydı, ama ben gölü, arkasındaki dağ ve etrafımdaki insanları hissediyordum. O noktada üzerimde baskı ve ağırlık olabilecek hiçbir şeyin olmadığını farkettim. Varlığım, bütün ihtiyaç ve beklentilerden uzaktı. O an, tümüyle dolu hissettim kendimi. Bir damla daha başka bir şey eklense bana, o bile benim için fazla olabilirdi. Sanki belli belirsiz

bir müzik vardı. Bir yerlerde çalınıyordu bu müzik. Bildiğimiz hiçbir müziğe benzemiyordu. Daha çok sessizlik gibi bir şeydi bu. Bilmediğim dilde birileri sanki bir aine katılmışlardı.

İstanbul'a döndüğümde, hemen stüdyoya girip, bu sessizliği sese dönüştürdüm. Hiç prova yapmadan, nota yazmadan ve bir kerede kayıt yaptık. O parçaya ben "LABRANDA" ismini verdim. Bu isim, o bölgenin eski çağdaki adıydı.

Yaşadığım bu deneyi olağanüstü bir şey gibi sunmak değil niyetim. Bir çok kişi benzer deneyler yaşamıştır biliyorum. Bir çoğunu dinledim. Özellikle çocukluk çağlarında insanlar böylesi deneyleri çokça yaşıyorlar.

Ben, insanın Öz Bilinci'yle temas etmesinin, işbirliği yapmasının çok doğal bir yetenek olduğunu savunuyorum. Unutulmuş bir yetenek. Belki de bu yüzden bu tarz deneyimlere "olağanüstü" damgasını vuruyoruz.

Kendi içsel bütünlüğüne başvurarak, sık sık içinden çıkamadığınızı sandığınız bir problemi çözebilirsiniz. Kendinize inanın ve güvenin. Soruyu sorun ve yanıtı bekleyin. Bunu olabildiğince sık yapın.

Unutmayın, her sıkıştığınızda birilerinden akıl alma alışkanlığı bu yeteneğimizin körelmesine yol açar.

ORTAK BİLİNÇ

Her varlığın kendi türüne ait bir ortak bilinci vardır. İnsanlığın ortak bilinci, tüm insanların her an iletişim halinde olduğu ortak bir alandır.

Biz farketsek de, etmesek de oradan sürekli olarak besleniriz. Jung'un "ortak bilinçdışı" olarak isimlendirdiği bu alan, telepati gibi farklı iletişim olaylarının açıklanmasında kolaylık sağlar. Telefon çaldığında "ben de şimdi

seni düşünüyordum, kalp kalbe karşıymış” dediğimiz türden olayları mutlaka yaşamışsınızdır.

Ortak Bilinç konusunda çok çarpıcı bir deney, Japon takımadalarında bir maymun türü için yapılan araştırmalar sırasında ortaya çıktı. Bir grup Japon bilim adamı bu maymunların toprak altından çıkardıkları bir tür yabanî patatesi yediklerini gözlemledi. Bir gün aralarından biri, suya düşürdüğü patatesin temizlendiğini görünce, ondan sonra bilinçli olarak suyla temizleyip yemeğe başladı. Bunun üzerine diğerleri de onu taklit ederek aynı şeyi yapmaya başladılar. Fakat tam bu sırada çok şaşırtıcı bir şey oldu aynı anda diğer adalardaki aynı tür maymunlar da patatesleri suya sokup, yıkamaya başlamışlardı. Bilim adamları bu iletişimin nasıl gerçekleştiğini araştırırken, türler arasındaki bu ortak paydaya “ortak zihin” adını verdiler.

Aynı şey, mevsimi gelince uzun bir yol katederek göç eden kuş türleri için de geçerlidir.

Bu kuşlar birlikte uçarken, binlerce kilometrelik mesafede yönlerini hiç şaşırmadan bulurlarken, içlerinden biri hasta olup sürüden ayrıldıktan sonra, iyileştirilip tekrar salıverildiğinde, yolunu bulamaz. Belli bazı buluşların aynı anda, dünyanın farklı bölgelerinde birdenbire birkaç kişi tarafından gerçekleştirilmesi de bu ortak zihin fenomeni ile açıklanıyor.

Ortak Bilinç zemininde Ben, Biz’e dönüşüyor. Bu zeminde mesafeler anlamsızlaşıyor. Kişilik ve kimlik kabukları kırılıyor. Jung, İkinci Dünya Savaşı’nın ön işaretlerini, hastalarının rüya analizlerinde gördüğünü söylemişti.



EVRENSEL BİLİNÇ

Bütün varlıkların içinde yüzdüğü bilgi okyanusudur.

Bütün bilgilerin ve gücün bulunduğu alandır.

Aslında bütün bunlardan öte ve daha çok Evrensel Bilinç, bir Sevgi Ovası'dır.

Evrensel Bilinç, tüm insanların en temel ihtiyacı olan kendileri olmak ile yaratıcılıklarını ve Tanrısal niteliklerini keşfetmek ihtiyacını en uygun biçimde karşılayan enerjidir.

Evrensel Bilinç bu ihtiyaca, anlamlı rastlantılar, koruyucu varlıklar ve melekler aracılığı ile cevap verir.

Bütün bu evrensel yardımcılar, insan gelişme arzusunu yüreğinde hissettiğinde ve hazır olduğunda, ona en uygun koşulları yaratırlar. Evrensel Bilinç'i harekete geçiren gücün anahtarı insanın elindedir.

Almaya hazır olduğunda, anlamaya açık olduğunda kavrayabileceği kadar yardım ona ulaşır.

Bu yardım her biçimde olur. Bazen ekstra yardımlar şeklinde, bazen zorlayıcı engellemeler olarak, bazen de duraklatıcı bloklarla.

Bir seminer katılımcısı, programın ortalarında trafik kazası geçirmişti.

Derslerin başlamasından bu yana çok değişmişti, artık kendine acımıyor, sık sık ağlama nöbetleri geçirmiyor, hüzünlü bir ifadeyle dolaşmıyordu. Hele değişim için "sembolik törenimizi" yaptığımız geceden eve dönerken, yolda

kendi kendine şarkılar söylediğini bile anlatmıştı.

Ben eğitimci olarak elimden geleni yapmıştım. Her şey çok iyi gidiyordu. Bir gün bana telefon açtı ve bir trafik kazası geçirdiğini, arabasının tümüyle harap olduğunu, fakat kendisine fazla bir şey olmadığını söyledi. Sesinde garip bir metanet vardı. Fakat bir yandan da böyle bir olayı neden yaşadığını öğrenmek istiyor olduğu belliydi.

Onunla ders yapacağımız güne kadar ara ara düşündüm. Sanki aklıma bir şey gelmiyor gibiydi, söyleyeceğim bazı şeyler olabilirdi, ama bunlar benim düşüncelerim olacaktı. Oysa ben onun yüksek benliğinin yanıtı bildiğine inanıyordum.

Görüşme günü ilginç bir biçimde -artık ilginç bir şey olmadığını biliyorum, sadece anlamlı bir şeyler olabilirdi- diğer grup arkadaşları gelmediler! Bana kazayı en ufak detayına kadar anlattı. Sağından aniden yaklaşan bir motorsikletli onu paniğe sokmuş, direksiyonu birden kırınca da, yandaki bariyere çarpmıştı. Oradan yolun karşısına geçmiş, sonra da otomobil yan yatıp durmuştu. İnsanlar koşa koşa yanına geldiklerinde “ölmüş olmalı” diye konuştuklarını duymuştu. Ama onun hiç bir şeyi yoktu. Sadece burnu darbe almıştı (sonradan muayeneye gittiğinde doktoru, küçük bir operasyon yapılması gerektiğini söylemişti. Hazır böyleyken, düşündüğü estetik düzeltmeyi de yapacaktı!) Anlatmayı bitirdiğinde: “Peki bu olay sana neler düşündürdü?” diye sordum. Birden durdu, gözlerini yana çevirdi, sesi değişmişti. Sanki içindeki “Bigelik Merkezi”nden cevap alıyordu: “Yaşamın ne kadar değerli olduğunu hissettim.” “Yaşamın Değeri!” Belki o kişi buna benzer sözleri çok duymuştu. Ama bu kez gerçekten anlamıştı. Sözleri, yaşanan bir hayat deneyinin içinden süzülüp gelmişti. Aslında bir şokun bilgeliğinden fışkırıyordu, artık bu anlamlı söz, onun malı olmuştu. Bu söz o kadar malı olmuştu ki, kazadan sonra birkaç gün içinde uzun yıllar ertelediği, yapılması gereken dört önemli işini (üstelik hasta haliyle) halletmişti.

Arabasının elden çıkmasına gerçekten üzülmeyişini farkettiler, çünkü önceleri sık sık “bu arabayı hiç sevmiyorum” deyip durduğunu hatırladı.

Ben kendimce yapacağımı yapmış, bildiklerimi ona aktarmıştım. Ama işte Evrensel Bilinç de boş durmuyor, onun bu farkındalık ve değişim seçimine karşılık veriyor ve en uygun olayı, en uygun zamanda, en uygun biçimde düzenleyerek, arındırma işlemine başlıyordu.

Sonra da Yüksek Benliği, yaşadığı bu olayın sarsıcı şokuyla yeni bir gerçeği

hatırlıyordu.

Anlamalı rastlantılar, Evrensel Zekâ'nın uyarı sistemleridir. C. G. Jung "Eşzamanlılık: Nedensel Olmayan Bağlantı İlkesi" (1960) adlı çalışmasında, eşzamanlılığı "psişik bir halin, dışardaki bir ya da daha fazla olayla aynı anda belirmesi" olarak tanımladı." Bu olayların yaşanılan anlık sübjektif hal ile anlamalı bağlantıları vardır" diyordu. Jung'un kendi yaşamında gerçekleşen birçok eşzamanlılık olayından bir tanesi oldukça ünlüdür. Bu, bir terapi seansı sırasında gerçekleşmiştir. Hasta tedaviye ve ruhsal gerçekliğe direnç göstermektedir. Bu özel olay gerçekleşinceye kadar pek bir gelişme kaydedilemez. Hasta rüyasında kendisine bir bok böceği verildiğini görür.

Tam bu

rüyanın analizi sırasında pencereye bir şey çarpar. Jung, ne olduğunu görmeye gider ve pencerenin kenarında içeri girmeye çalışan bir böcek bulur. Bu, o bölgede nadir rastlanan ve Mısır Şans Böceği'ne çok benzeyen bir türdür. Jung'un başına böyle bir şey daha önce hiç gelmemiştir. Pencereyi açar, böceği içeri alır ve hastasına gösterir. Bu şaşırtıcı eşzamanlılık, hastasını da çok etkilemiş ve terapisinde önemli bir dönüm noktası olmuştur.

Jung'un eşzamanlılık düşüncesine ek bir destek Einstein'den geldi. Özel bir ziyareti sırasında Jung'u eşzamanlılık fikrini izlemesi için cesaretlendirdi, çünkü bu fikir, fizik bilimindeki yeni gelişmelerle örtüşüyordu. Özellikle Kuantum Fiziği ile!

Evrensel Bilinç'i, Genelkurmay Harekât Merkezi'ne benzetebiliriz. Tüm bilgiler bu merkezde toplanır. Düşmanın gücü, hareket alanı, savaş planları genelkurmay tarafından bilinir. Ayrıca emrindeki bütün askerlerin görev yerleri, sayısı, silâh gücü de. Ve bütün bunlara uygun bir savaş planı yapılır. Şimdi, bir erin birdenbire merkezle irtibatının kesildiğini ve kendini yalnız, ne yapacağını bilmez bir halde hissettiğini varsayalım. Ne kadar şaşkın ve kaygılı olacağını kolayca tahmin edebiliriz.

İşte kendini sadece günlük bilinci seviyesinde algılayan kişi için de durum aynıdır.

Kendisine düşman ve yabancı bir dünyada yapayalnız kalmıştır. Gelecekle ilgili korkularla doludur. Belirsizlik ve bilinmezlikle çevrelenmiştir dört yandan.

Oysa kendi içsel katmanlarıyla iletişime geçen ve onlarla uyumlanan insan, Genelkurmay'la iletişim içinde olan askere benzer. Ne yiyeceğini, hangi silâhı kullanacağını, ne giyeceğini düşünmez. Oturup her an düşmanla ilgili

plan yapmak zorunda

da değildir. O sadece kendi işini iyi yapmaya gayret gösterecektir ve gerisi için kaygı çekmeyecektir.

Bu teslimiyet halî bir rahatlık ve huzur duygusunu beraberinde getirir. İnsan dünyanın dönüş hızını, gezegenlerin yörüngesini, güneşin her an ne gibi enerjileri, ne hızda dünyaya ulaştıracağını düşünmek zorunda değildir.

Bunun gibi, Evrensel Bilinç'in kendisi için en uygun hizmetleri, en uygun zamanda kendisine sunacağını bildikçe, huzur ve dinginlik insanın bilincini sarıp sarmalar.

Aşağıdaki meditasyon deneyi, Evrensel Bilinç'in algılanışı konusunda güzel bir örnektir:

“Bir sabah meditasyon yapmaya başladığımda, güçlü bir mıknatısın beni kendine doğru çektiğini hissettim. Birkaç dakika benim herhangi bir çabam olmaksızın, dış dünya tamamen yok oluncaya kadar daha da derinlere dalmaya devam ettim. Nefes alışım yavaşlamış; fakat zihnim uyanık bir biçimde oturuyordum. Benliğimin, beraberinde zaman, boşluk, yön ve düşünceleri de alarak geri çekildiği bir noktaya geldiğimi biliyordum. Tamamen yeknesak bir sessizlik alanından belli belirsiz bir farkındalık noktası doğdu. Bu, hoş bir “Ben” olma duygusuydu. Bir demet kişisel bilinç ve tüm bunlarla birlikte sadece “dönüşüm” olarak tanımlayabileceğim o duygu geldi. Bu his bir kıvılcım etkisi yaratmış olmalı ki, birden büyük bir ışıkla çevrelendim. Işıktaki başka bir şey yoktu ve ben bunun, gözle görülür hale gelmiş zekâ ya da bilinç olduğunu biliyordum.

Gözlerim kapalı oturuyor olsam da, dışımdaki herşeyin aynı parlak beyaz ışıktan ibaret olduğunu biliyordum. Vücudum, masalar ve sandalyeler, duvarlar ve pencereler, bina ve onun ötesindeki herşey, hayatla birlikte titreşen bu dahî ışıkla

yoğrulmuştu. Bir - iki dakika sonra ışık giderek yok oldu. Yalnızdım, sessizlik içinde oturuyordum; ama bu kez herşey farklıydı, dünyayı yutmuş gibiydim ve ilk kez kendimi doymuş hissettim.”

Seminerlerimin birini bir kafede yapıyordum. Alt katında kitap bölümü vardı ve bir yandan insanlar oradan istedikleri kitabı satın alıyorlardı. Çalışmanın tam ortasında, görevli, bir hanımın çalışmamıza dinleyici olarak katılmak istediğini söyledi. Kitaplara bakarken yukarda ne yapıldığını sormuş, görevli de söylemiş. Ben, “dersi bölmüş oluruz” falan gibi bir şeyler mırıldanıyordum ki; sevimli, derin bakışlı bir hanımın yüzü merdiven başında

göründü. “Siz anlamlı rastlantılara inanmıyor musunuz?” diyerek beni canevimden vurdu. Buyur ettik, oturdu. Bir süre sonra bakışlarından anlattıklarımı kana kana içtiğini farkettim. Tahmin ettiğiniz gibi derslere devam etti. Bir gün eşinin işiyle ilgili bir çalışma istedi benden. Eşi yabancı bir şirkette çok iyi bir pozisyonda çalışıyordu. Performansı merkezin dikkatini çekmişti ve ona çok önemli bir görev teklif etmişlerdi. Fakat tam işin kesinleşmesi aşamasında aynı teklifi iki kişiye daha yaptıklarını duymuştu. Üstelik adamlar onu bu aralar aramamışlardı. Oysa o, bütün hazırlıklarını yapmış bekliyordu. Karar için sadece bir hafta kalmıştı. Kadına eşinin bu durum karşısında neler söylediğini hatırlamasını istedim. Bir an düşündü, ne demek istediğimi çok iyi anlayacak bir düzeyde idi. Ve birden bir şey hatırladı, kocası sık sık “zaten ne zaman benim için çok önemli bir şey istesem, mutlaka karşıma bir engel çıkar ” dediğini hatırladı. İşte sınırlayıcı inancın kökenine inmiştik. Hemen bir olumlama metni düzenledim. Hafta sonu kadın beni aradı. Sesinde büyük bir minnettarlık vardı. “Eşim hafta sonu İngiltere’ye gidiyor. Size çok teşekkür ediyorum. Ben de bir ay sonra ona katılacağım.”

Telefonu kapattığımda içimde bir şey havalandı, “anlamlı rastlantılar” konusundaki işleyişin ne kadar mükemmel olduğunu düşündüm.

Ve bu olayın aslında ne kadar anlamlı olduğunu!

Negatif çekirdek bir inanç değiştirilince neler olabileceğini görmek, her zaman büyüleyici bir etki yapar.

Bir gün Taksim Meydanı’nın ortasında öylece duruyorum. Bir işimi halletmek için bu yakaya geçmiştim. İşim tahminimden de erken bitti. Akşam seminerim var. Baktım kendime söyleniyorum: “Neden erken saatte geçtin karşıya? Programını ona göre yapamaz mıydın? Şimdi ne yapacaksın?”

Hemen Ego’nun bu dırdırcı vesvesesini susturdum. Kendimi bıraktım.

Yürümeye başladım. Büfelerden birinin önünde durdum, sağa-sola bakıyorum. Birden bir el omuzuma dokundu. Arkamı döndüm, eski oturduğum evden kapı komşum bir genç kız, selâmlaştık. “Buyurmaz mısınız, annemle bir şeyler yiyoruz? Siz de bize katılın” dedi. Annesi çok üzgün görünüyordu (fazlasıyla üzgün) ve kızı için üzülmüyordu (fazlasıyla üzülmüyordu), çünkü Bilkent’ten mezun kızı bir türlü iş bulamıyordu. Ona, yeni başlayacağımız bir gruba mutlaka katılmasını önerdim. Ve iki ay boyunca, kar-kış günleri de dahil olmak üzere Ankara’dan İstanbul’a seminere geldi. Bir ara, derslerin birinde gözlerinde bir umutsuzluk ifadesi

gördüm. “Galiba bu iş olmayacak” gibilerinden bakıyordu.

Ekonomik kriz tüm ağırlığı ile ülkenin üzerine çökmüştü. Ama o bu ağırlığı fazlasıyla büyütüyordu. İş bulamayacağını, annesini bu yüzden çok üzdüğünü düşünüyordu.

Şu anda ne mi yapıyor? İstanbul’da (çünkü bu şehirde yaşamak istiyordu) çok iyi bir şirkette çalışıyor. Kendine güveni pekişti. Ve iyi bir ilişkisi var. Annesi mi? Evet, annesi de düşüncelerini tamamen değiştirdi. Çünkü artık kızı için üzüldükçe, bu bakış açısını kızına tranfer ettiğini ve bu yüzden kızını hep üzülecek bir duruma soktuğunu biliyor.

O gün orada, o dakikada Ankara’dan gelmiş anne – kızın o büfede yemek yediği anda, benim de orada bulunmam ne anlama geliyordu? İyi bir anlama geldiği kesindi. Bu bir rastlantıydı! Yani sözcüğün kendi açılımından da gördüğümüz gibi herşey rast gelmişti; en uygun zamanda, doğru bir biçimde bir araya gelmiştik.

Kuantum Fiziği, bazı koşullarda, aralarında bilinen hiçbir etkileşim olmasa bile, uzak parçacıkların birbini etkilemesinin mümkün olduğu gerçeğini gündeme getirdi.

Buradaki bilinmeyen etki, aslında düşüncenin etkisidir ve hiçbir fiziksel güç kullanılmadan, sadece inançları ve kabullenişleri değiştirerek, herhangi bir fiziksel gerçeklik değiştirilebilmektedir.

Bazen de bu etki, ortak bilinçlerin karşılıklı etkileşiminden ortaya çıkar.

BİLİNÇ KATMANLARI ARASINDA UYUMLANMA

Bilinç katmanları arasında ayırıcı bir çizgi olması şüphesiz gereklidir. Aksi halde, örneğin araba kullanırken birdenbire rüya görmeye başlayabilir ya da kendimize ait bir kimlik bütünlüğü oluşturamaz ve oradan oraya savrulurduk. Fakat bilinç katmanları arasındaki ayırımın çok fazla olması da iletişimin kopmasına, böylece de tek boyutlu ve tek işlevli bir yaşama indirgenmemize neden olur. Sanki etrafımız kalın duvarlarla çevrilmiştir.

En ideali; geçirgen ince zarlarla bilinç katmanlarının ayrılması ve hepsinin yerince kullanılmasıdır. İşte bu uyumlanma sonucu “Farkındalık” dediğimiz bir hal oluşur.

Uyumlanma bir tür akortdur. Nasıl konsere çıkmadan önce enstrümanlar birbirleriyle uyumlanmak için akort yapılıyorsa, insan da bütün güçlerini tam olarak kullanabilmek için akort yapmak durumundadır.

Uyumlanma aynı zamanda her katmanın kendi arasındaki işbirliğini de sağlar.

Ne zaman bilinçaltınızı kullanacağınızı, ne zaman yüksek benliğinize danışacağınızı bildiğinizde tam bir içsel koordinasyon gerçekleşir. Uyumlanma, aynı zamanda bedende dolaşan enerjinin düzgün ve yüksek dozda hareket etmesine neden olur. Hücreler daha çok enerjiyle beslenirler. Hormonlar dengeli işlev görmeye başlarlar.

Aynı zamanda uyumlanma, sezgilerimizin ve yaratıcılıklarımızın artmasına neden olur. Bir problemi çözmek zorunda kaldığımızda, aniden ortaya çıkan sezgi patlamaları bize kesin çözümler getirebilir.

Uyumlanma sonrası, kişi daha çok kendisiyle tanışmış gibidir. Uygulamanın farkına varır. Kendine duyduğu yabancılik kaybolur. Ve bu durum, başkalarıyla da derin ve sıcak ilişkiler kurmasına neden olur.

Bu hazırlık hareketi için önerebileceğim bir kaç şey var:

1- BİLİNÇ KATMANLARININ VARLIĞINI KABUL ETMEK

Öyle ya, ancak varolduğuna inandığınız bir şey için çaba gösteririsiniz. Bu katmanların varlığı, nitelikleri ve işlevleri konusunda bilgilenmek ve özellikle uyumlama gerçekleştiğinde ne gibi sonuçlar elde edeceğini bilmek, sizi çaba göstermeye yönlendirecektir.

2 - GERÇEĞİ, EGO BİLİNCİNİZDEN DAHA ÇOK SEVMEK

Çünkü gerçek sizi özgürleştirir. Açar, genişletir. Ulaşmak istediğiniz herşeye, gerçeği kabul etmeye hazır olduğunuz oranda ulaşırsınız.

Bilincin aydınlatılması, ancak gerçeğin ışığı ile mümkündür.

Ego, gerçekten hoşlanmaz. Kendini birşeylerin arkasına saklamaya ihtiyaç duyar.

Toplumsal kimlik, imaj, hoş ve çekici olma gayreti, parasal güç, ünvan, etiket gibi öğelerin arkasına saklanmayı yeğler.

O yüzden her an, yalanı gerçekle değiştirmeye hazır bir savaşçı gibi olmak, insanın kendine yapacağı en büyük yatırımdır.

3 - KORKUYA RAĞMEN İLERLEME CESARETİ

İnsan bildik, tanıdık alanları onlar artık kendisine zarar veriyor da olsalar)korku yüzünden terketmek istemez. Böyle bir şeye niyet ettiği an, yakasına “Hazreti Korku” yapışır. Olmadık senaryolarla Ego, sizi geri durmaya zorlar.

Bu noktada korkunuzun yok olmasını bekliyorsanız, bilin ki böyle bir şey kendiliğinden olmayacaktır. İlk etapta korkuya rağmen adım atmayı öğrenmelisiniz.

Ayağınız titreye titreye, yüreğiniz “güm güm” atarken yürürmeye devam

edin.

Bir süre sonra bu girişiminizin ödülünü aldıkça, korku çok fazla sizi rahatsız etmeyecektir.

4 - TOPLUMSAL KOŞULLAMALARDAN BAĞIMSIZ OLMAK

Düşünmeden, doğruluğunu kabul etmeden benimsediğimiz bir çok şey, daha sonra bizi sınırlayan ve engelleyen inançlara dönüşürler.

“Herkes böyle düşünüyor, o halde doğrudur ” mantığı her zaman aynı derecede yararlı sonuçlar vermez. Tarih, bu konuda sayısız örnekler sunar bize.

Örneğin Amerika yerlileri Kolomb’un askerlerini at üstünde ilk gördüklerinde, onları altı ayaklı iki başlı, gökten gelen krallar olduğuna hükmetmişlerdi ve korkudan elleri ayakları tutulmuştu.

Fransa İhtilali’nden önce de krallık yönetiminin Tanrısal bir kural olduğuna inanılıyordu

Osmanlı düşüncesi, ticaretin basit ve süflî bir uğraş olduğu inancıyla yoğrulmuştu.

Hindistan’da inekler kutsal kabul edilir. İnsanlar sokaklarda aç karnına yaşarken, inekler kurum kurum salınarak ortalıkta dolaşırlar.

Günümüzün baskın dünya görüşü ise -gerçi bu büyük oranda değişime uğruyor- insanın sadece bedenden ve beyinden ibaret bulunduğu ve hayatın güçlülerin ayakta kaldığı bir mücadele alanı olduğu yolundadır.

Ama sezgisel ilhamlar, toplumsal kabullenişlerin üstüne çıkar genellikle.

Bunu kabul etmek ve uygulama yönünde adım atmak için bağımsız düşünme yeteneğini geliştirmek gerekir.

Tüm ermişler, paygamberler, büyük sanatçılar ve öncü devlet adamları, yalnızlık ve meditasyon dönemlerinde, toplum içinde kabul gören bütün değerleri tek tek ele alıp irdeleme dönemi geçirmişlerdir.

Bu sorgulama ve arındırma döneminden sonra ilhamlar, yeni görüşler ve “Vahiy” artık akacak bir yer bulurlar kendilerine.

Bu yüzden herkesin kendine özel bir arınma dönemi olmalıdır: Sorgulama ve yeniden oluşturma dönemi.

5 - BENLİK BASKISINI AZALTICI YÖNTEMLER KULLANMAK

Gündelik bilinç, toplumsal ve kişisel sınırlamalarla diğer katmanlara baskı yapma eğilimi gösterir. Bu yüzden bir şekilde bu baskının aralanması, gevşetilmesi gerekir. O zaman diğer bölümler kendi seslerini duyurmak için fırsat bulabilirler.

Meditasyon, düşüncelerimizin arasından diğer bilinç katmanlarına anlık dalışlar yapma imkânını verir.

Rahatça oturup, nefes alışınıza odaklanmakla başlayan (bazen sadece nefes egzersizi bile bu sonucu sağlayabilir), dikkatinizi belli bir noktaya, (alnınızın ortasına, bir çiçeğe ya da mum alevine) fikre “ben sınırsız ve sonsuz bir varlığım” ya da sese yönelterek, diğer düşünceleri aşmak meditasyonun temel tekniğidir.

Bazen spor da bu işlevi görür. Beden hareket ettikçe zihin dinlenip rahatlar. Spor, endorfin hormonunu aktive eder. Ter atıp yorulunca, düşüncelerinizin kalitesi değişir. Bilinç baskısı gevşer. Bazen doğa bu işlevi yerine getirir. Doğanın o kendiliğinden, dingin enerjisi bizi derin benliklerimizle buluşturur. Bu listeye dansı da ilâve edebiliriz. Bedenin bir ritm ya da müzik eşliğinde devinimi, beyni farklı bir düzeye ulaştırır. Dönen dervişler ve müzik eşliğinde salınan insanlar buna örnektir.

Bütün bu eylemler, insanın kendini aşması ve derin benlik katmanları ile iletişim kurması için önemli fırsatlar sunarlar.

Hatta yoğun bir acı ya da sevinç patlaması, bilincin zırhını delip geçmek için bir lazer görevi üstlenebilir.

Hiç bir çıkar gütmeyen bazı oyunlar oynamak da aynı işlevi görür.

6 - SAHİP OLDUĞUMUZ ŞEYLERDEN BAŞKALARINI YARARLANDIRMAK VE BUNDAN SEVİNÇ DUYMAK

Benlik kabuğu en çok, sahip olduğunuz şeylerden başkalarını da sevinçle yararlandırduğınız durumlarda aralanır. Bir başkası için, isteyerek yapacağınız küçük bir fedakârlık bile, varlık alanınızı genişletir, böylece uyumlanmanın ve teslim olmanın o olağanüstü deneyimini yaşarsınız.

Verme eylemi bizi bizden taşırır ve bilinç katmanları arasındaki uyumlanmanın da birinci koşuludur.

Verirken büyük bir sevinçle vermek ve en küçük bir pişmanlık bile hissetmemek önemlidir. Ve verebileceğimizin en iyisini vermek.

7 - ALIŞTIRMA YAPMAK

Bilinç katmanları uyumlanması bol alıştırma yapmayı gerektirir. Çünkü alıştırma yapa yapa ustalaşırsınız. Rüyalari yorumlamak, rastlantıları değerlendirmek, sezgilerinize kulak vermek, Yüksek benliğinize soru sormak ve yanıt almak hep yaptıkça gelişen yeteneklerdir.

Nasıl kas yapmak istediğimizde antreman yapmamız gerekiyorsa, ruhsal yeteneklerde de aynı biçimde çok alıştırma yaparak açılım sağrlamak

mümkün olur.

Unutmayalım ki, çok doğal bir yetenek gibi gözüken yürüme eylemi için bile, binlerce kez denemeden sonra başarıya ulaşmıştık.

8 - SADELİK VE SÜKÛNET İÇİNDE YAŞAMAK

Ne kadar çok şeye sahip olursak, bilincimizi daracık bir alana sıkıştırma ihtimalimiz de o kadar artar. “İhtimal” diyorum, ama mutlaka böyle olacak anlamına da gelmez.

Hareket ve gürültü uyarıcılarının sizi ezip geçmesine izin vermeyin. İç sesinizi ancak sükûnet ve sessizlik zamanlarında duyabilirsiniz.

Sahip olduğumuz her şey, ister istemez enerjimizin bir kısmını ona yönlctmemizi gerektirir. Arabanızı bir yere park ettiğinizde aklınızın bir ucu oradadır. Evinizin vergi ödemesi, akan çatı sizden ilgi bekler.

En iyisi, kullanabileceğiniz kadarını elde tutmak, diğerlerinden kurtulmaktır. Elbiselerimiz, ev eşyalarımız ne kadar sade olursa, içimizi de bir o kadar ferahlık duygusuyla dolar.

Sadelik ve sükûnet, ruhun fısıltılarını duymak için en uygun iklimi hazırlar. Ve sizi kendinizle uyumlandırır.

9 - KENDİ GÖLGENİZLE BARIŞMAK

Biz, olağanüstü görkemli, temiz ve Tanrısal niteliklere sahibiz. Ve bunun yanında bencilliklerimiz, umursamazlıklarımız, kıskançlıklarımız, öfkelerimiz ve korkaklığımız da aynı oranda bize aittirler. Gerçi bizim geçici misafirlerimizdir onlar. Üstün yanlarımızı ortaya çıkaracak olan kusurlardır. Ama gölgenizle tümüyle yüzleşmeden, kendi ışığınızı tam olarak algılayamazsınız.

Gölgeniz, sizin tümünüzü içine alan bir dairede bulunur. Onu redderek ya da yok varsayarak bilinç katmanlarınızı tam olarak kullanamazsınız.

Seminerlerimde şunu sıkça görüyorum: “Ben çok pozitif bir insanım” diyenler, ne kadar negatif olduklarını hiç farketmeyenler oluyor genellikle. Çok sencil bir insan olduklarından yüzdeyüz emin olanların, aslında kendilerini olağanüstü göstermek için büyük bir çaba harcadıkları çıkıyor ortaya.

Burada yapılması gereken, kendini gölgeyle ifade etmek değil kuşkusuz. Onu farketmek, kabul etmek, ama onunla kendimizi ifade etmeyi reddetmek.

10 - SABAH ERKEN KALKMAK

Güneşin doğuşu ile kalkmak ve günü ayakta karşılamak uyumlanmayı sağlayıcı çok önemli bir etki yapar.

Biyolojik saatimiz de güneşe ayarlıdır aslında. Duru, temiz bir bilinç durumu ile güne başladığınızda, sonucu hemen göreceksiniz. Gününüz güzel, bereketli ve aydınlık geçecektir.

11 - TEMİZ OLMAK VE İÇSEL UYUMUNUZU DESTEKLEYECEK BİR ÇEVRE YARATMAK

Bedensel olarak temiz olmak, içsel uyum için önemli bir gerekliliktir. Temiz bir beden, temiz enerjileri barındırır. Sık sık banyo yapmak bu bakımdan önemlidir.

Hatta aşırıya kaçmamak koşulu ile hoş kokular sürünmek yüksek evrensel enerjileri çeker.

Ayrıca içinde yaşadığınız mekânların sizin kendi içsel uyumunuzu destekleyecek nitelikte olması gerekir.

İş yeri olsun, eviniz olsun; temiz, düzenli ve sade olmalı. Bolluğu, neşeyi ve mutluluğu çağırıştırarak eşyalarla zenginleştirilmeli.

Bu konuda Feng Shui yöntemleri konusunda bilgilenmek yararlı olabilir.

12 - BİLİNCİMİZİN DERİNLİKLERİNDE UYUMLAMAYI İSTEDİĞİMİZİ DİLE GETİRMEK

Niyet belirtmek, bilinçaltını harekete geçirir ve o niyetin gerçekleşmesi için bir enerji oluşturur.

Bu yüzden sık sık kendimizi tam kapasite ile ifade etmeye niyet ettiğimizi belirtmeliyiz. Örneğin şöyle bir niyet cümlesi kullanabilirsiniz:

“Bütün bilinç katmanlarımı kullanarak hayatıma daha çok neşe, başarı, uyum ve sevgi katıyorum. Gerçeğe sarılmayı, gölgemi aydınlatmayı ve kendimle bütünleşmeyi seçiyorum. Ben bir yandan sonsuz bilinç okyansuyla iletişim halindeyken, bir yandan da kendi bireyselliğimi yaşarım.”

13 - DOĞAL VE TEMİZ YIYECEKLER YEMEK

Doğal yiyeceklerin insan psikolojisini de olumlu yönde etkilediği anlaşılmıştır. Bol sebze, meyve yemek ve bol su içmek bu bakımdan bedenimizde güçlendirici bir etki yapar ve bizi temizler.

Oysa çikolata, kahve, fast food türü yiyecekler bedenimizle bilincimizin uyumunu bozarlar.

Aşırı et yemek de, bedenin yorulmasına neden olur ve ruhsal açıdan bizi gerginleştirir.

14 - BULANMADAN VE DONMADAN AKMAK

Hareket halinde olmak, değişmek ve yenilenmek, bilincin şeffaflaşması için olmazsa olmaz bir koşuldur. Hayatın yenileyici enerjisi ile akışa uymak bizi

bilgilendirir.

O yüzden her an kendini değiştirmek arzusu ile dolu olmak çok önemlidir. Hayata farklı açılardan bakmak, okumak, insanları dinlemek, gezmek, önerilere açık olmak da bilincimiz genişletir.

Hayatın kendisi Evrensel Bilinç'in bize sunduğu değişim enerjisini yansıtır. Herşeyi bildiğinizi, öğrenecek bir şeyinizin kalmadığını düşünmeye başlamışsanız, bilin ki cehaletiniz derinleşmiştir iyice.

15 - SEVİNÇLİ BİR RUH HALİ İÇİNDE BULUNMAK

Üzüntülü ya da kızgın olduğunuzda, enerji alanınızı küçültmüş olursunuz. Bu tür duygular sizi kapar, küçültür ve güdükleştirir.

Oysa sizin daima açılıp - genişlemeye ihtiyacınız vardır. Sevinç duygusu, evrensel enerjinin ana tonudur. Böyle olduğunda, sonsuz bilgi okyanusuna doğru bir açılış yapmış oluruz.

DEĞERLER SIRALAMASI VE MERKEZ DEĞER KAVRAMI

Yaşam, değerler alış-verişinin yapıldığı bir pazar yeri gibidir. Kendinizce değerli bulduğunuz şeyleri elde etmek için, kendinizdeki değerli şeylerden verirsiniz. Zaman, emek, bilgi, güç harcarsınız; başarı, para ya da sevgi elde edersiniz. Sonra da elde ettiğiniz bu değerlerin sizi mutlu etmesini istersiniz. Mutluluğunuzun kalıcı ve sürekli olmasını arzu edersiniz.

Bir alışverişin iyi ve kârlı olması için, ödediğiniz değerle, sahip olduğunuz değer arasında bir denge olması gerekir.

Bu yüzden yaşam planlarını yaparken, değerler önceliğini tesbit etmek ve seçmek büyük önem taşır. Sizin için bir anlam ifade eden değerleri, öncelik ve önemlilik sıralaması yaparak belirlersiniz. Tabii ki bu seçim, sizin “nasıl bir insan olmak istiyorum?” sorusuna, en doğru biçimde vereceğiniz cevabı, temel olarak alacaktır.

Bu seçimi hepimiz kendimiz için yaparız. Başkaları için değerli olan şeyler değil, kendimiz için önemli olanlardır öncelik taşıyanlar.

Nedir bu değerler?

Zenginlik, Aile, Dürüstlük, Neşe, Sağlık, Bilgi, Heyecan, Güç, Şöhret, Statü, Sevgi, Macera, Huzur, Aşk, Onur...

“Bir Değerler Pastası” yapıp, bunları ne oranda yaşamak istediğinize karar vermek sizin elinizdedir. Bu değerlere sizin özel ekleriniz de olabilir kuşkusuz. Bu değer sıralamasını bazen değiştirmek de istersiniz. Ama yapılması gereken “merdiveni doğru yere dayamak” olmalıdır. Merdivenin

sonuna yıllarınız harcayarak büyük bir zahmetle çıktığınızda, yanlış yere dayadığınızı ve çıktığınız yerde kendiniz iyi hissetmediğinizi görmek acı olur doğrusu.

Bir adam tanımıştım. Çok varlıklı bir ailenin oğluydu. Yaşadığı bir kaç şey, değerler sıralamasının doğruluğu konusunda kuşkuya düşürmüştü onu. İşe gitmek istemiyordu. Ailesiyle görüşmüyordu. Çiflik evine çekilmiş, içine kapanmıştı.

“Krizde çok para kaybettim” diyordu. “Bir seferinde bir özel uçak, iki de Jaguar parası kaybettim. Paranın kolay geldiği gibi, kolayca gidebileceğini gördüm” dedi. Çiftlik evi çok orjinaldi. Bana, kendi eliyle yaptığı özel mobilyaları tek tek gösterirken gururlandığı açıkça belli oluyordu. Bir ağacın içini oyarak yaptığı özel aplik için, tam dört ay çalıştığını anlatıyordu keyifle. Sonunda yine kendi eliyle ürettiği bir eser, onun bu maddî kayıplarının acısını hafifletiyordu anlaşılan.

Büyük bir bankanın müdür yardımcısı, Değerler Pastası ile ilgili çalışmalarımızı yaparken: “Ben, şimdiye kadar kariyerime, başarıya ve paraya değer verdim, bunları hayatımın öncelikleri arasına koydum. Ama şimdi ailem, huzurum ve sağlığım benim için daha önemli” diyordu. Peki, neydi kararını değiştirmesine neden olan? Çünkü hayatın pratiği, onu seçimlerinin ağır faturalarıyla karşı karşıya getirmişti. Sağlığı bozulmuştu, sinirli ve gergindi sürekli ve eşiyle aralarında bir kopukluk başlamıştı.

Dünya güzeli bir genç kız karşımda dokunsalar ağlayacak bir durumda yakınıyor ve “paranın insanı mutlu edemeyeceğine dair en önemli kanıtım ben” diyordu, “herşeyim var, ama mutsuzum. Bu hayatı anlamlı kılacak, acıları dayanmamı sağlayacak bir şey söyleyin bana!” O zaman ona, “eğer bu acıları çekmeseydi, şimdi sahip olduğu bilgeliğe ulaşabilir miydi?”, sorusunu sordum ve bunu düşünmesini istedim. O anda gözlerinde değişik bir parıltı farkettilim, sanki biraz sakinleşmişti. Sonra ona aslında bu hayatı yaşamasının da bir rastlantı olmadığını ilâve ettim.

Böylece o, yaşadığı bu acılardan kalıcı değerler elde ederek çıkmış oluyordu. Onun elde ettiği bu kazanım, bütün diğer değerlerin üzerinde döndüğü bir merkez değerdii aslında.

Neydi bu merkez değer?

Bu merkez değer, uğruna emek harcamaya değmeliydi.

Kalıcı olmalıydı, insanı tatmin etmeli, huzur vermeli, aynı zamanda ona

bolluk katmalıydı, insanlar tarafından sevilmesini ve saygı görmesini sağlamalıydı.

Bu değer, insanın kendini gerçekleştirmesine imkân vermeli, hayattaki kendi özel işlevini keşfetmesine ve yapmasına neden olmalıydı.

Bu merkez değer, hiçbir dış koşula bağlı olmadan kişinin kendini güvende hissedeceği bir değer olmalıydı.

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi, bize bu konuda önemli bir ipucu verir.

Maslow burada: Yemek, içmek, barınmak gibi fiziksel ihtiyaçlardan sonra, saygı görmek ve kendini gerçekleştirmek gibi ihtiyaçları sıralar.

Değer, bizim ona harcadığımız emeğe karşılık bize en kalıcı ve en doyurucu sonucu sağlayan şeydir.

Her değerın kendine özgü bir süresi vardır. Değerleri "sürelı" ve "kalıcı" olarak ayırır ve bazı örnekleri sıralayacak olursak:

SÜRELİ DEĞERLER

- Ömür
- Şöhret
- Zenginlik
- Güzellik
- Statü
- Kimlik
- Gençlik
- Mutluluk

KALICI DEĞERLER

- Yaşam
- Bilgi
- Duygularımız
- Anılar (yaşam deneyimleri)
- Sevgi
- İyilik
- Huzur

Şimdi de bunları daha yakından inceleyelim:

Burada, daha önce çokça yapıldığı gibi, değerleri iyi ya da kötü olarak ayırmak yerine, her değerin süresini bilerek faydalanmak, belki de yapılması gereken en akıllıca iş olacaktır.

Örneğin ŞÖHRET, tek başına değerli ya da değersiz değildir. Ama onu kalıcı

değerleri keşfetme adına kullanırsanız, şöhret iyi bir şey olmuş olur. Ya da GENÇLİK, süreli bir değerdir, ama gerçek anlamda ondan nasıl yararlanacağınız, kalıcı değerlere vereceğiniz önemle paraleldir. MUTLULUK, koşullara bağlı bir değerdir. İsteddiğiniz otomobili alırsınız mutlu olursunuz, kaza yaparsınız mutsuz olursunuz. Ama HUZUR, daimi bir dinginlik anlamında dışsal koşullara bağlı değildir ve bir kere ulaşıldığında o artık hep sizinle olur. ÖMÜR, doğumla başlayıp ölümle biten bir zaman dilimidir. Belli bir süresi vardır. Ama YAŞAM ölümle bitmez, Yaşam sonsuzdur. SEVGİ, inişi çıkışı olmayan dümdüz bir ovadır. Bir kere gerçekten sevmeyi başardığınızda -ki aslında insan kapasite olarak bu yeteneğe sahiptir- bu duygu artık sizden hiç kaybolmayacaktır. Gerçek sevgi anlamında, bir gün seven bir insan, bir diğer gün sevmeyen bir insan olmazsınız. ÖZ'Ü FARKETME; insanın gerçek kimliğini yeniden keşfetmesidir. Hiç ölmeyecek ve kaybolmayacak bir değerdir bu. ÖZ'Ü keşfedince, aslında bilinmesi gereken herşeyi de bulmuş olursunuz. Herşey onun içinde mevcuttur ve o, asla sizi terketmemiştir zaten. ÖZ'ü keşfetmekle, gerçek anlamda hiçbir şeye ihtiyacınız olmayacak bir duruma gelirsiniz. Yaşam DENEYİMLERİ, bir zincirin halkaları gibi birbirine eklenerek size katılırlar. Onlar asla kaybolmazlar ve onları sizden kimse alamaz. Aynı şekilde DUYGULARIMIZ en büyük değerlerden biridir. Yaşadığınız her olayda hissettiğiniz duygular, bilinçaltınıza kaydolur. Artık onlar sizin hazineniz olmuştur. Bu duygu birikimleriniz ile kendi özünüzü keşfetme yönünde önemli adımlar atarsınız. İYİLİK sizin kendi gücünüzün, insanlara duyduğunuz sorumluluğun ve hayatın bolluğuna duyduğunuz güveninizin bir ifadesidir. Her yapılan eylem, evrenin kayıt sisteminde yerini bulur. Dolayısıyla iyilik, kalıcı bir değerdir.

HAYATIN DÖNGÜSEL RİTMİ

Ünlü tarih felsefecisi Pitirim Sorokin: “Bir Bunalım Çağında Toplum Felsefeleri” adlı kapsamlı eserinde uygarlıkların döngüsel dönemler izlediklerini söyler. Sorokin, Arnold Toynbee, Arthur Koestler gibi tarih düşünürleri doğrusal bir tarih anlayışının yanıltıcı olduğunu ileri sürerler ve

büyük imparatorluklar ile uygarlıkların doğuş, gelişme, parlak dönemler ve çöküş gibi, biri diğerini takip eden devreler izlediği sonucunu çıkartırlar.

Her uygarlık, kendine özgü bir dünya görüşünden hareketle bir biçim ve bir sistem yaratır.

Bunlardan kimi dinsel – sezgisel uygarlıklardır, kimi ise maddeci – bilimsel uygarlıklar. Her uygarlığın tarih sahnesinde yer alış süresi değişebilir. Kimi altıyüz sene, kimi bin yıldan fazla, ama hiçbirisi sonsuza kadar gelişip yükselerek devam edemez.

Çünkü her uygarlık “farklılaştırılmamış çok katlı sonsuzluktan” farklılaştırılmıştır ve bu yüzden de doğal olarak, eksik ve tek yanlı bir dünya görüşü oluşturur.

Çünkü her felsefe, bir dünyayı yorumlama çabasıdır ve bir yönüyle mutlaka içinde eksiklik taşıyacaktır.

Ne kadar uzun sürerse sürsün, bu yüzden bütün kurulu düzenler sonunda yıkılmaya mahkûmdurlar.

Bazen kimi uygarlıklar taşlaşıp küçük bir birim olarak kalırken, kimileri biçim değiştiririp yollarına devam ederler.

Her yıkılan uygarlık, diğerinin biçimlenmesi için gerekli olan birikimi aktarır. Biri yıkılırken, diğerine temel olur.

Oysa Batı Uygarlığı, tarihin doğrusal bir gelişim izlediği görüşüne sahiptir.

Bu görüşün sadece bir hayalden ibaret olduğu ve doğal gelişimin döngüsel bir daire izlediği açıktır.

Batı Uygarlığı’nın hep bu şekilde gelişeceği, her gün daha mükemmel, daha güçlü bir biçimde Varlık alanına kök salacağı gibi bir inanç, artık inandırıcılığını oldukça kaybetmiş durumdadır.

Hinduizm, daha da ileri giderek 24.000 yıllık Vernal dönemlerin varlığından söz eder. Her bir dönem, insan evrimi için başlayıp biten büyük bir dairedir. Vernalin sonu büyük bir yıkım ve bitişle nihayetlenir ve bir süre sonra yeni bir dönem başlar.

Yine Hint düşüncesine göre, böyle birçok Vernal dönem yaşanmıştır dünyada.

Böylece karşımıza farklı bir zaman ve tarih anlayışı çıkar. Daha büyük dönemler ve onun içinde yer alan uygarlıkların ortaya çıkıp kayboldukları küçük daireler.

Buna benzer başka bir görüşe göre de; ruhlar gelişmek ve özlerindeki modele kavuşmak için defalarca, farklı bedenler ve cinsiyetler kullanarak dünyaya

gidip-dönerler. Reenkarnasyon inancına göre, bir insan defalarca bu doğum – ölüm çarkına girerek, ihtiyacı olan deneyimleri yaşayacaktır.

Bütün bunları insanın kişisel hayatı açısından yorumlarsak; insan hayatı da, döngüsel dönemler izler.

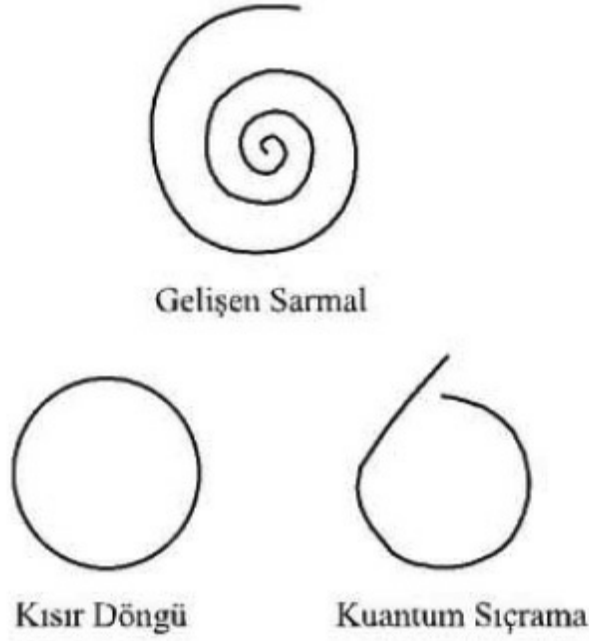
Birbirini muntazam bir volümle izleyen doğrusal bir yükseliş yoktur.

Herşey her zaman iyi olmak zorunda değildir. Ve herşey de her zaman kötü gitmeyecektir.

“Nasıl sabah varsa ve akşam, ölümün önünde yaşam, iyinin yanında da kötü öylesine olacaktır.”

Örneğin bir görüşe göre insan hayatı yaklaşık dokuzar yıllık döngüsel dönemler izler. Her bir dönemde birbirini izleyen dört ana kalıp vardır. Altın, Gümüş, Bakır, Demir kalıbı. Altın dönem, aslında bir önceki demir döneminin hemen arkasından gelir. Demir döneminin son çeyreği aslında insanın alacakaranlık kuşağıdır. Altın dönem, bir önceki dönemden elde edilen deney, acı ve zorlukların birikimi ile parlayan yeni bir dönemdir. Bu dönem herşeyin tam istediğiniz gibi geliştiği, yeni fırsatlar ve girişimlerle dolu bir dönemdir. Sanki herşey sizden yanadır. İkinci dönem, bolluk ve bereket ile başarının size aktığı dönemdir. Başınızın üstünde sanki bir haleyle dolaşırsınız. Sonraki dönem ettiklerinizi biçtiğiniz ve hasadı kaldırdığınız dönemi içine alır. Bolluk ve bereket dönemidir bu da. Herşeyin denk düştüğü, rüzgârın arkanızdan estiği dönem. Ve son dönem; herşey dağılıp çözülmeye başlar, olaylar kontrolünüzden çıkmıştır. Hiçbir şey arzu ettiğiniz gibi olmaz. Tam bir çöküş dönemi. Son dönemin son çeyreği Kristal Çağ, en karanlık, ama en verimli dönem. Artık yeni bir döngüsel dairenin ilk işaretleri başlamıştır.

Doğa da aslında benzer bir ritm izler. Mevsimler bunun en güzel örneğidir.



Kış bir içe çekiliş, bekleyiş ve dinlenme mevsimidir. Sonunda toprağın bağrında saklanan tohumlar yavaş yavaş uç verirler. Dallar yaprakla dolar, çiçekler açar. Halbuki kışın karlı geceleri sanki, hiç güneşin yüzünü görmeyeceksiniz gibi gelir size. Güneş giderek ısınır, hatta yakıcı hale gelir. Otlar kurur, doğa hasadını sunar, ektiğinizi biçme zamanıdır. Kendinizi açmanızı ister doğa sizden, soyunup ona katılmanızı. Güneşle sevişirsiniz sanki, hücrelerinize kadar siner güneşin ışığı. Ve sonra tekrar dinlenme ve içe çekilme zamanı.

Her bir dönem biribirini izleyen benzerlikler serisidir, ama hiçbir dönem aynı değildir.

Her bir dönem, bir öncekine göre daha iyi, daha güzel ama bir sonrakine göre eksikli olacaktır.

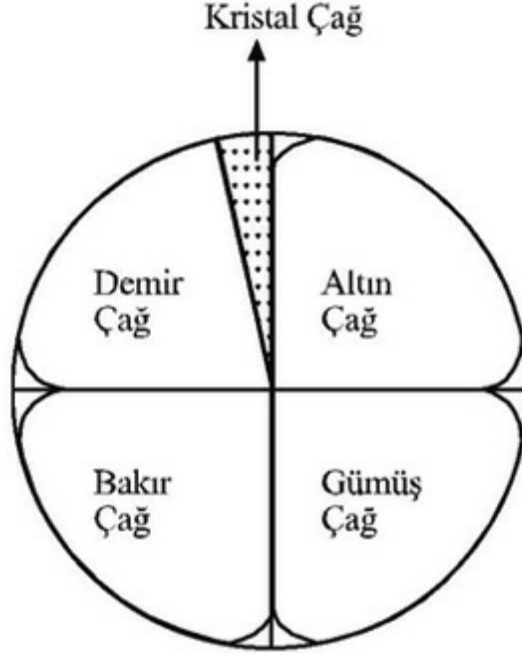
Seminerlere katılanların hayatını bu mantıkla incelediğimde, çok da doğru olduğunu gördüm. Hatta seminerlerime katılma

ihtiyacı hissedenlerin hemen hepsinin, bir dönemin bitip, diğerinin başlamak üzere olduğu ara dönemi, yani Kristal Çağ'ı yaşadıklarını farkettiler.

Kristal Çağ deyimi, Kuantum Belirsizliği ve Kaos Teorisi düşüncesiyle büyük benzerlikler gösterir.

Kaos dönemleri, yeni atılımlar ve oluşumlar için en uygun zemini sunarlar. O yüzden katılımcıların antenleri açık oluyordu. Alıcı ve anlayışlıydılar yani

değişmeye hazır ve istekliydiler.



Her tarihsel dönem kendi şartları içinde değerlendirilmeli, her kişisel dönem de, sadece o döneme göre.

Her insan, kendine özgü bir gelişim programı izleyerek, farklı döngülerde yol alır. Her insan, kendi kendisiyle kıyaslanabilir ancak. Ve her dönem, kendi içinde mükemmel, fakat bir sonraki dönem için eksiklidir.

O yüzden bir fırsatı kaçırdığınızda üzülmeyin, dönüp tekrar size gelecektir. Her şeyin yıkıldığını sandığınız an, bilin ki yıkıntının altından yeni bir yapı yükselmektedir.

Gecenin en karanlık anı, bilin ki sabah için bir müjdedir.

Her zaman bir şansınız olacaktır.

Ne kadar dibe, derinlere dalarsanız, bilin ki o kadar yükseğe çıkacaksınız.

Ve kendi özel yolunuzda sadece kendinizle yarışsınız.

Bir çalışma grubunda genç bir kadınla tanışmıştım. Öyküsü biraz uzun, çünkü tam bir döngüsel dönem örneği.

İlk seminere katıldığında, kocasıyla arasının pek iyi olmadığını ima etmişti lâf arasında. Seminer bitti, olaylar süratle akmaya başladı. Daha sonra onu bol bol dinleme şansım oldu. Çünkü kendisiyle arkadaş olmuştuk. Bir gün kocası karşısına dikilip: “Seninle bütün ömür boyu birlikte yaşayacağımı sanıyorsan, aldanıyorsun” demiş. Çok yıkılmış tabii. Kısa süre sonra ayrıldılar. Kocası başta ona vaadettiği yardımları yapmamaya başladı.

Aralarında sık sık tartışmalar oluyordu. Adam karısının üzerine olan evi satıp, kötü giden işlerini toparlamak için, borçlarını ödemeyi teklif ediyordu. Sonunda mahkemelik oldular. Bu arada o da bir şeyler yapmaya çalışıyor ve kendi ayakları üzerinde durmaya gayret ediyordu. Ama bu konuda hiç bir hazırlığı yoktu. Çocuklarını büyütmüş, yetiştirmişti. İş yaşamı ile ilgili bir deneyimi de pek olmamıştı.

Tam bu arada, ona her zaman maddî ve manevî destek olan babası öldü. İyice yıkılmıştı. Oysa plan mükemmel işliyordu. Kendi güçlerini farketmesi, hayatı omuzlayabilecek gücünün elinde olduğunu anlaması gerekiyordu. Bir ara başlattığı küçük bir iş girişimi başarısızlıkla sonuçlandı. Ama o yılmadı, kocasına karşı açtığı davayı kazandı ve ortak oldukları evi satıp, yarısıyla yeni bir ev aldı. Diğer yarısını bir güvence olarak kenara koydu. Sonra bir işe girdi, orada çalışmaya başladı. Beni telefonla aradığında, sesindeki kararlılık ve güçten, bu dönemi başarıyla atlattığı açıkça belli oluyordu. Neşe içinde: “Sana anlatacaklarım var hocam” dedi. Onunla konuşmadan bile, kendi gücünü farkettiğini, artık sırtının yere gelmeyeceğini hissettim. Bir döngüsel dönem böylece aşılmıştı.

GELİŞME EMRİ İLE KORUMA İÇGÜDÜSÜ ARASINDAKİ SONSUZ DANS

İnsan, iki ayrı güç arasında bir seçim yapmak zorunda kalmıştır hep. Biri onu ileriye, yukarıya, uzağa götürmeye çalışan güç; diğeri ise, yaşama tutunma ve kendini koruma içgüdü.

Biri sevgi enerjisinde kodlanmış olan “gelişme emri”, diğeri ise, kendini “koruma içgüdü”nün abartılmış hali olan korku. Daha da basite indirgersek, sevgi ve korku arasındaki seçim.

İnsan tüm yaşamları boyunca bu ikisi arasındaki dengeyi kurmak zorunda kalmıştır.

Kendini “koruma içgüdü”, bir organizmanın kendi varlığını sürdürmesi için çekirdek kodlamasında var olan “yaşa!” emrinin uzantısıdır.

Ünlü Alman düşünür Erich Fromm, bu iki ayrı tavır için: “Yaşamseverlik ve ölümseverlik” deyimlerini kullanmıştı.

Bu kod, en küçük hücrede bile mevcuttur. Bizim binlerce yıl süren evrim serüvenimiz sonucunda hücre çekirdeğinin belleğindeki kodlara işlenmiş olan ana emirdir.

Her var olma ve hayatta kalma mücadelesi, bu belleğe yeni

ilâveler yapar. Vahşi bir hayvandan kaçmak için yaptığımız mücadele, soğuktan, sıcaktan, açlıktan korunmak için gösterdiğimiz çaba hücresel belleğe işlenir.

Binlerce spermin yumurtaya ulaşmak için yaptığı olağanüstü yarış ve bir bebeğin anne rahminden çıkarken sarfettiği efor kendini “koruma içgüdü”nün güçlenmesine yol açar.

Buna bir de hayatlar boyu geçirdiğimiz ölüm, yaralanma, aç kalma, bir yerde hapsedilme deneylerini eklerseniz, hücre hafızasında bulunan “yaşama içgüdü”nün nasıl aşırı bir “koruma içgüdü”ne dönüştüğünü anlayabiliriz. Aşırı “koruma içgüdü” kontrolden çıktığında, insanın gelişme ihtiyacının önüne geçer. İşte bu noktada denge bozulur. Başta insanın hayatta kalabilmesi için gerekli olan bir güvenlik kodu, giderek insana karşı işleyen bir canavara dönüşür.

“Canavar” sözü pek de abartılı değildir, çünkü sırf bu yüzden insanlık tarihi sayısız savaşlar yaşamış, yüzbinlerce kurban vermiştir.

Çünkü kendini “koruma içgüdü” önce korkuya, giderek saldırganlığa dönüşür ve: “O beni öldürmeden, ben onu öldüreyim” mantığı devreye girer. Örneğin sadece Ortaçağ Avrupası’nda din savaşlarında milyonlarca kişi öldürülmüştür. Üstelik aynı dinden, ama farklı mezhepten oldukları için, hem de aynı Tanrı’ya inandıkları halde.

Birinci ve İkinci Dünya Savaşları’nda da milyonlarca insan hemcinsleri tarafından öldürüldüler.

Kendini koruma içgüdü bu kadar aşırı bir korkuya dönüşmediği zamanlarda da başka tür engellemeler yaratır.

Her türlü gelişme, iyileşme ve değişme atılımının ister kişisel ister toplumsal olsun daha başlangıçta önünü keser.

Shakespeare’nin olağanüstü dehasıyla sözcüklere döktüğü bu korku bakın nelere muktedir:

“Olmak ya da olmamak işte bütün mesele bu.

Düşüncelerimizin katlanması mı güzel,

Zalim kaderin yumruklarına, oklarına?

Yoksa direktip belâ denizlerine karşı

‘Dur, Yeter’ demesi mi?

Ölmek, uyumak sadece.

Ama düşünün ki, uykuda düş görebilir insan!

İşte bu kötü.

Çünkü o ölüm uykusunda,
Şu fanî bedenden sıyrılıp çıktığımızda,
Göreceğimiz rüyalar bizi duraksatır ister istemez.
İşte felâketi onca uzun ömürlü kılan da bu.
Yoksa kim katlanırdı zamanın kırbaçlarına, küfürlerine,
Zorbanın haksızlığına, kibirli adamın hakaretine?
Hor görülen, aşkın acıların, adaletin gecikmesine,
Devlet görevlisinin kendini bilmezliğine;
Sabırla bekleyen erdemli kişinin,
Değersiz insanlardan gördüğü muameleye,
Yalın bir hançer darbesiyle hesabı kesilecekken?
Kim katlanırdı, bu yorgun yaşamın yükü altında
Homurdanıp terlemeye,
Ölümden sonraki bir şeyin korkusu olmasaydı!
Sınırlarını geçen bir daha dönmediği,
O bilinmez ülkenin korkusu kafamızı karıştırıp
Bizleri, tanımadığımız dertlere koşup gitmektense,
Başımızdakilere katlanmak zorunda bırakmasaydı?
İşte bunları düşündükçe
Ödlekle olup çıkıyoruz hepimiz,
Ve işte böyle kararlılığın doğal rengi,
Endişenin soluk gölgesiyle bozuluyor;
Bulutları hedef alan büyük ve iddialı atılımlar
Bu yüzden yörüngesinden sapıyor
Ve bir girişim olmaktan çıkıyor adları.”

Seminerler süresince yakından tanıdığım bir çok insan ve kendimle ilgili gözlemlerim, Shakespeare’in bu düşüncesinin ne kadar doğru olduğunu bana her seferinde tekrar gösterdi.

Mutlu olmadığı bir ilişkiyi sırf “ya ortada kalırsam” korkusuyla sürdüren. Kendisini hiç tatmin etmeyen bir işte “şimdi durup dururken kendimi riske atmayayım” diye çalışmaya devam eden. Yine işinden olmamak için her türlü haksızlığa, yalana göz yuman, hatta amirlerine yalakalıklar yapan. “Bana dokunmayan yılan bin yaşasın” diye; aksaklıklara ve çarpıklıklara ses çıkarmayan kişiler, bilmeden hep aynı korkunun kurbanı olmuyorlar mı? Yaşlı bir hanımla özel bir konuşma yapmıştım. Çünkü ayakları artık kendini taşıyamıyordu. Özellikle beli çok sorunluydu. Bir ameliyat olmuştu, beline

platin takılmıştı. Ama ağrıları bitmemişti ve bu ağrılar “onu öldürecekti”. Odadaki herkesi çıkarmamı istediğini anladım gözlerinden. Yalnız kalır kalmaz gözyaşları içinde anlatmaya başladı. Eşi ona çok büyük eziyetler etmişti, daha evlendikleri andan itibaren. Herkesin içinde aşağılıyor, surat asıyor, yaptığı hiçbir şeyi beğenmiyormuş. “Ben güzeller güzeli bir kızdım” diye sürdürdü konuşmasını. “Öyle ki bir bakan, dönüp bir daha bakardı. Yeşil gözlü, sarı saçlı, beyaz tenli hoş bir kızdım. Kocam bana etmediği cefayı bırakmadı. Fiziksel şiddet de içinde olmak üzere herşeyi yaptı.” İlk çocuğunu doğurduğunda ayrılmayı düşünmüş. Ama şöyle bir mantık yürüterek vazgeçmiş bu girişiminden. “Tanrı herkesin babası değil mi? O bizleri sevdiği için ne büyük sorumluluklar alıyor sırtına. Bizi yedirmek, içirmek için. Ben de bir anne olduğuma göre aynı şeyi yapmalıyım. Çocuklarımın hatırı için bu YÜKÜ! kaldırmalıyım.” “Yük” sözünü duyunca irkildim. Üzerine genç yaşta bu denli ağır bir sorumluluk alan ve daha başlangıçta kaldırılması mümkün olmayan, aslında gerekli de olmayan bir yükü taşımaya karar vermiş bulunan birinin belinin ağrması ve sonunda çökmesi bir anlam kazanıyordu şimdi.

Ona, Tanrı’nın kendisinin de babası olduğunu, dolayısıyla böyle hasta ve çaresiz olduğunda, bundan memnun olmayacağını söyledim. Oysa o, Tanrı’nın kendisini bu şekilde düşündüğünü pek sanmadığını söyledi. Öyle olsa bu şekilde bir hayatı yaşamasına nasıl izin verirdi? Hikâyesinin geri kalanını anlatmasını istedim.

Çünkü bir yerlerde Tanrı’nın elinin ona uzanmış olduğu bir olay olmalıydı. Sesi çok güzeldi. Yeni bir şehre taşındıklarında, yeni kurulmakta olan Türk Musikisî Korosu Şefi sesini dinlemiş ve çok beğenmişti. “Mutlaka sınava gir, seni bu koroda görmek istiyorum” demişti. Sınav vakti gelince, koşup sınava girmiş ve tabii ki hem de çok iyi bir dereceyle kazanmıştı. Kadrosu gelene kadar, birkaç maaş almadan staj yapması gerekecekti. Durumu kocasına açtığında: “Olmaz öyle şey, sen çoluğun çocuğunla ilgilen” diye kestirip atmıştı. İşte tam bu noktada seçim yapmak durumunda kalmıştı. Önüne çıkan bu fırsatı, risklerini de göze alarak kullanacak mıydı? Yoksa?!.. Düşündü?!.. Düşündü... Hayır aslında o düşünmedi. Korkusu düşüncenin önüne geçti “ben o dört ay ne yaparım, nasıl geçinirim, nerede barınırım?” dedi korku onun yerine. Aslında düşünen akıllı ve ruhu değil, bedeni ve Ego’suydu. Ve seçimini yaptı: VAZGEÇECEKTİ. Oysa şansını hiç denememişti. Şansını denediğinde, önüne ne gibi fırsatların

çıkacağını bilemezdi.

Atatürk'ün Kurtuluş Savaşı kararı verdiğinde karşısına çıkarılan korku kaynaklı mazeretlere verdiği yanıt çok öğreticidir. “Paşam ordumuz yok” denince, “kurulur ” diye kestirip atmıştı. “Ama silâhımız yok” “alınır”, “silâh almak için para gerek” “tedarik edilir.” Soruyu soran kişi doğru söylüyordu, gerçekten para ve silâh yoktu. Bunlar olmayınca bir savaş nasıl kazanılırdı? Ama o kişinin bilmediği bir şey vardı. Eğer haklıysanız ve söz konusu olan şey bir ülkenin onuruysa, bir şekilde ihtiyaçlarınız karşılanırdı. Evrenin “hak ilkesi” bütün yardımları devreye sokar ve sonuç alınırdı. İşte bunu yüreğinde hisseden bir adam, daha üstün bir gerçeği biliyor demekti ve zaman onu haklı çıkaracaktı.

Yeni ve özgün bir şey yapmak, bir şey söylemek, bir şey üretmek söz konusu olduğunda, hücrelerimizden o rahatlık ve konfor kuşağının sesi hemen ileri atılıyor: “Olmaz mümkün değil, sana mı kaldı? Kendini ne sanıyorsun? Herkes seninle alay edecek gibi ”şeyler söylüyor.

Böylelikle biz hep kendimiz olmayı ve ruhun sevgi emrini erteliyoruz.

“Şimdi değil, hele şunu bitireyim de!” gibi bahaneler ileri sürüyoruz.

Fakat ne kadar uğraşırsak uğraşalım, ne yaparsak yapalım; sevgideki “gelişme emri” önlenemez bir biçimde gücünü hissettirir.

Ruhun derin hareketleri usulca etkisini yürütür. Ona hiçbir şey engel olamaz.

Önce içimizde ince bir sızı, belli belirsiz yüreğimizi deler.

Bir tatsızlık, keyifsizlik sarar içimizi.

Bir şeylerin yolunda gitmediğini hisseder gibi oluruz.

Ama koruma içgüdüğü bu uyanışı bastırmaya çalışır. “Yok bir şey. Daha ne istiyorsun? Şımarıklık bu yaptığın. Tatile git bir şeyciğin kalmaz” der.

Aynaya baktığınızda, sanki gözlerinizde bir donukluk yakalarsınız.

Yüzünüz kolay kolay gülmez, hiçbir şey sizi heyecanlandırmaz olur.

İçinizde bir öfke dalgası kabarır sık sık, hem de sebepsiz yere, tabii bu görünürde bir sebepsizliktir. Trafikte olmadık yere kavga etmeye hazır bulursunuz kendinizi.

Hayat anlamsızlaşır. Çevrenizdeki insanları kolayca kırarsınız.

Sonra başağrıları, uykusuzluk ya da aşırı uyku dönemleri başlar. Sonra iştahsızlık ya da tersi aşırı yeme isteği. Durup dururken ortaya çıkan küçük kistler v. s.

Aslında bütün bunlar, hep ruhunuzun sesine kulak vermeniz gerektiğini

fısıldarlar.

Bir hanım,seminere katıldığında elleri titriyordu. Ama görünürde hiç bir rahatsızlığı yoktu.

İyi bir işi var, çocuğu yurtdışında okuyor, güzel, iyi eğitim almış biri. Ama fincan tutarken ellerinin titremesine engel olamıyor. “Gitmediğim doktor kalmadı” diyor. “Ama şu ellerimin titremesini geçiremedim.” Ona, eğer sağlığına kavuşmak istiyorsa mutlaka gereken değişiklikleri ertelemeyen yapması gerektiğini, aksi halde geçici tedbirlerle bu sorunu çözemeyeceğini ima ettiğimde, anlamamış göründü. Zorunluluklarından, sorumluluklarından söz etti. Ertesi çalışmaya da gelmedi kızını bahane ederek. Böyle durumlarda hiç sükûnetimi bozmamayı öğrendim. Çünkü bilirim ki, nereye giderse gitsin, Evrensel Zekâ’nın şefkatli eli onun yarasını saracaktır.

Bir gün mutlaka kendisi için özel uyanış anı geldiğinde, bu kararı vereceğinden eminim.

İnsan, ruhunun fısıltılarına kulak vermediğinde, baskı daha da artabilir.

Çünkü tamamen BİR ve BÜTÜN olan bir evrende, bütün, parçanın kendi enerjisinden yoksun kalmasına uzun süre izin veremez.

Duygular bastırılmaya çalışıldığında, arkasından şok edici olaylar gelmeye başlar. Kaza, yaralanma, kırık - çıkık gibi şeyler.

Bütün’ün bilincine göre siz, işlevsel bir bozukluğa uğramışsınızdır. Ve onun sizi tamir etmesi gerekir.

Şok etkisi yaratan bir olaydan sonra, nihayet ruh, özündeki sevgi emrini ulaştıracak bir olanak yaratır. Size tatlı tatlı

fısıldamaya başlar. Yapılması gereken şeyi söyler. Daha doğrusu o noktaya sevketmiştir artık sizi.

Siz sıçramayı gerçekleştirirsiniz. Adım atarsınız korka korka belki ama, artık başka çarenizin kalmadığını çok iyi bilerek.

Birden buzlar çözülmeye başlar. Yüreğinizdeki ağırlık gider. Bir sevinç kaplar içinizi. Sabahları büyük bir heyecanla yataktan kalkarsınız. Hiç yorulmadan saatlerce çalışırsınız. Hoşgörünüz alabildiğince artar.

Hafiflersiniz sanki, olur olmaz şeylere gülersiniz. Cildiniz parlaklaşır, gözleriniz canlı canlı bakar.

İşte yeniden merkezinizle teması kurdunuz, bütüne katıldınız ve SEVGİDEKİ EMİR yine saltanatını kurdu!

Aslında bütün korkuların temelinde ölüm korkusu yatar. Oysa bizzat hayatın kendisi bir dizi ölüm eyleminden başka bir şey değildir. Küçük küçük

ölümler yaşarsınız ve her seferinde içinizden bir şeyler kopup gider. Anne karnından dışarı çıkmak bu anlamda bir ölümdür. Sonra bebeklikten çocukluğa geçiş, anneyle bir ve bütün hissederken, kendinizin ayrı bir varlık olduğunuzu farketmek. Ardından gençliğe atılan adım, sevdiklerinizden ayrılma, okul döneminin bitişi, arkadaşlarınızla artık eskisi gibi kaynaşamadığınızı görmenin verdiği burukluk, orta yaş dönemi, hepsi birer küçük ölümdür. Bedenimizi terketmek ise, tabii ki bu anlamda en büyük kopuştur. Ama ölüm, başka bir açıdan baktığınızda özgürlük, dinlenme, huzur ve uçmak düşüncelerinin toplamı da olabilir. Eğer siz, sadece bedeninizden ibaret olmadığınızı, aslında ruhsal bir varlık olduğunuzu bilerseniz, ölümün sadece bir elbise değişimi olduğunu ve belki de onun başka bir plan için bir doğum olduğunu düşünebilirsiniz. Olaya böyle yaklaşmak, çok boyutlu düşüncenin bir ödülünü sunar size. Onun için insan ne kadar tersine bildirimler alsada, yüreğinin içinden ölümsüz olduğunu bilir. O yüzden tümüyle yok oluş fikriyle uyuşmazlık gösterir. İnsanlık tarihi boyunca “DAİMİ FELSEFE” hep aynı konuyu, temel bir düşünce motifi olarak işlemiştir. Yirminci yüzyılın başında başlayan spiritüalizm araştırmaları da, bu fikrin laboratuvar koşullarında teyidini sağlamıştır.

KORKUYLA BAŞETMENİN YOLLARI

A - Korkuyu altetmenin tek yolu, o varken de yola devam etmektir. Korku belki de hep bizim yol arkadaşımız olacaktır. Burada önemli olan, değişim isteğinin korkudan baskın çıkmasıdır. Yaşama içgüdüünün korkuya dönüşmesini engelleyecek şeyler vardır kuşkusuz. Bunların en önemlisi, kendimize, bizim bedeni kullanan ruhsal varlık olduğumuzu hep hatırlatmaktır. Biz beden değiliz, ama muhteşem beden aracını kullanan Ruhsal bir Varlığız. Biz, kişiliğimiz değiliz. Çünkü kişiliğimizin bazı nitelikleri değiştiğinde bile, biz “BİZ” olarak hep orada duruyoruz. Varlığımızı sürdürüyoruz. Biz sahip olduklarımız değiliz. Evimiz, eşimiz, arabamız, çocuklarımız bizim kendi varlığımızı ifade etmek için kullandığımız araçlardır. Onlar yokken de biz vardık ve olmadıklarında da varlığımızı sürdürmeye devam edeceğiz. Biz anılarımızın toplamı değiliz. Hafızamızı kaybetsek bile,

biz “BİZ” olmaktan çıkmayız.

Biz düşüncelerimiz değiliz. Her gün binlerce düşünce üreten, onları izleyen, tekrar düşünen bir Öz’e sahibiz.

Biz hatalarımız değiliz, ama hatalarımız aracılığı ile Öz’ümüzü hatırlayan bir Varlığız.

B - Korkuyu hafifletmenin bir başka yolu da, en çok korktuğumuz şeyleri bir kenara yazmak ve şu soruyu sormaktır. “En kötü ihtimalle ne olur?”

Sonra bu ihtimalleri yazıp, onlara şöyle karşıdan bir bakmakta yarar vardır.

Daha sonra ise, Ego benliğin bu korkuları aslında hep abarttığını ve olduğundan büyük boyutlarda zihnimizin perdesine yansıttığını bilmemiz gerekir. Böylece zihnimizdeki bu abartılmış görüntüye karşı ters bir görüntü oluştururuz.

Bir kağıda korktuğumuz şey, her neyse, onu küçücük, kendi gücümüzü ise, dev gibi çizeriz. Sonra da bu kağıdı her zaman göreceğimiz bir yere asarak, onu bilinçaltımıza iyice nakşederiz.

Bir süre sonra gerçekten o konuyla ilgili korkunuzun azaldığını göreceksiniz.

Bu tekniği her bir konu için ayrı ayrı yapabilirsiniz.

C - Üçüncü teknik ise, korktuğunuz şeyler için doğru soruları sormaktır.

Belki de en temel soru şudur: “Hayatımın tümünü bu şekilde geçirmek ister miydim?”

Daha sonra, korktuğunuz, ama yapmayı arzu ettiğiniz şey için: “Yapmasam neler kaybederim?” sorusu gelir.

“Böyle korkak, kenarda, büzüşmüş, kıvrılmış, silik biri olarak yaşamayı mı, yoksa ayakları yere sağlam basan, güvenli ve güçlü bir şekilde yaşayıp, bir destan yaratarak ölmeyi mi tercih ederim?” sorusu da bir başka can alıcı sorudur.

Bir sonraki soru: “Öldüğümde ‘keşke şunu yapsaydım’ diye hayıflanacağım ne olabilir?” sorusudur.

Bu soruları iş işten geçmeden sormak, bize epeyce fayda sağlar.

D – Çevrenizdeki insanların korkuya teslim olmuş, umudunu yitirmiş kişiler olmamasına dikkat edin. Çünkü her bir duygu gibi korku da bulaşıcıdır.

Tersine, size ilham ve güç verecek, cesaret aşılayacak kişilerden dostlarınız olsun.

Korkaklar farkına varsın ya da varmasınlar yalancı olurlar.

E – Kendinizi korkuyu yenmiş biri olarak görün. Öyleymiş gibi davranın ve öyle olun. Cesaret sahibi biri nasıl davranırsa öyle düşünün ve öyle yapın.

Öyle birini ya da birilerini bulun. Onları modelleyin.

F – Asla yalnız olmadığınızı bilin. Her zaman sizin özel koruyucularınız olacaktır. Kuantum planında onlar sizin kaldıramayacağınız bir yükü hafifletmek üzere görevdedirler. Son anda hiç tahmin edemediğiniz yardımlar gelecektir.

Nasıl geniş ailesi, güçlü dostları ve sevenleri olan insanlar kendilerini güven içinde hissederlerse, siz de öyle olun.

Sizin de, gözünüzle görmeseniz bile koruyucu dostlarınız vardır.

G – Korkuyla birlikte ilerleme alışkanlığı geliştirin.

O zaman bu konuda ustalaşacaksınız. Korku hep sizin yanınızda olsa bile, size rehberlik edemeyecek.

Her bir yeni atılımın içinize korku salacağını bilin. Biraz korku, biraz kuşku ve heyecan karışımı bir duygunun hep peşinizde olacağını bilin. Onu sizin aklınızdan belli bir mesafede tutun. Kararlarınızı yanıltmayacak ve aklınızı kullanmanıza engel olmayacak şekilde.

H – Bağlılıklarımızı kontrol etmek de bize büyük bir özgürlük sağlar.

Çünkü her bir bağlanma, arkasından onu kaybedeceğinize dair bir korkuyu davet eder.

Bu yüzden sahip olduklarınızın elinizden gidebileceği fikrine kendinizi hep açık tutmak önemlidir. Bu yüzden sık sık kopuş törenleri düzenlemek fena bir fikir sayılmaz.

NE SÖYLEDİĞİNİZE DİKKAT, ÇÜNKÜ ONLAR GERÇEK OLACAKLARDIR

İnsan yaşamını sözleriyle kurar. Çünkü söz, insanın Tanrısal varlığına gönderilen bir emirdir.

Sözlerin mucize yaratıcı etkileri, insan bilincinin işleyiş biçimini kavaradığımızda normal etkilere dönüşür.

Başkasından duyduğunuz ya da sizin kullandığınız sözlerin içerdikleri anlamların, bir süre sonra, mutlaka ifadesini bulacağından emin olmalısınız.

Bu yüzden, neredeyse yeniden konuşmayı öğreniyor gibi, sözcüklerin kullanımı konusunda güçlü bir bilinçlenmeye ihtiyaç vardır.

Kendi hakkınızda ya da başkaları hakkında kullandığınız yargıların ya da hayat hakkında ve hayatın kavramlarıyla ilgili sözcüklerin, ulaşmak istediğimiz sonuçlara bizi götürecek biçimde yeniden kurgulanması, sonuçları hemen alınabilecek kolaylıklar sağlar bize.

Bu yüzden, örneğin kendi hakkımızda kullandığımız etiketlemelere çok dikkat etmeliyiz.

“Ben çok sakarım” etiketlemesi örneğin. Böyle durumlarda kişiler sakar olduklarını gözlemleyerek, bunun böyle olduğunu ifade ettiklerini sanırlar. Oysa onlar, önce sakar olduklarına inanmış, sonra sakarlıklar yapmış ardından da bunu, bir olayı nakleden insanlar gibi dile getirmişlerdir. Süreci tersine çevirmek elimizdedir. Dikkatli ve dengeli bir insan olduğumuzu ifade etmek, sonunda bizi gerçekten de öyle yapacaktır. Bu, bir tür “kendi kendini gerçekleştiren kehanet” durumudur.

Ya da sıkça yaptığımız genellemeler gibi: “Hayat çok zor” dediğinizde, hayatı, kendi görmek istediğiniz biçimde, kendiniz için anlamlandırmış olursunuz. Kuantum alanında bu, sizin için hayatın artık bu anlam doğrultusunda süreceği şeklinde bir oluşumun emrini göndermek demektir. Nitekim bu yüzden, aynı fizikî şartlar karşısında insanlar farklı tepkiler verebiliyorlar.

Örneğin bir deprem sırasında, kimi korkudan baygınlık geçirirken, kimi sakince beklemektedir.

İşleri birden kötüleşen, malını satamayan bir tüccar birden bire büyük bir umutsuzluğa kapılıp intihar ederken, diğeri soğukkanlılıkla bir plan yapıp, bu işten kurtulmanın çarelerini arayabiliyor.

Bu ikisi arasındaki farkı oluşturan neden, kişinin o konudaki inancıdır.

Bazen de konuşmalarımızda kendi kendimize koyduğumuz sınırlamaları ifade ederiz. “Benden artık geçti” ya da “daha fazla kazanamam” bazen de “bu memlekette iş yapılmaz” deriz.

Böylece seçimlerimizi ve tabii ki sonuçları da belirlemiş oluruz.

Sınırlamalar her konuda olabilir. Zamanla ilgili sınırlamalar, yaşla ilgili olanlar, fiziksel koşullarla ilgili olanlar ve diğerleri.

Kuantum Düşünce, hedeflere uygun konuşma biçimleri oluşturma konusunda, detaylı çalışmalar yapma esasına dayanır.

Korkularınızı ifade ettiğinizde, istemeden onların gerçekleşmesi yönünde bir işlemi başlatmış olursunuz.

Temenni bildiren istekler: “Olsa, bilse, yapsa” gibi, bu yüzden sadece temenni olarak kalırlar.

Ya da isteğinizi “cek, cak” gibi belirsiz bir geleceğe transfer ettiğinizde, bu, onun hiçbir zaman gerçekleşmeyeceği anlamına gelir.

Ya da tersine durum sözcükleri kullanarak, oluşturmak istediğiniz sonucu

imkânsızlaştırmış olursunuz. “Artık korkmuyorum” gibi. Oysa kullanmanız gereken cümle “her zaman güvendeyim” olmalıdır.

BİR ÇOK DÜNYA İÇİÇE

Birmingham Üniversitesi Fizik Bölümü'nden Alastair M. Rae “Kuantum Fiziği: Yanılsama mı Gerçek mi?” adlı kitabında içiçe geçmiş bir çok dünya olasılığından söz eder. Bir foton, bir Hv dedektörüne (dikey ve yatay iki çıkış noktası bulunan bir plaka) yönlendirildiğinde, yatay ve dikey polarize bir çift fotona dönüşür.

Oysa bu bölünmeden önce biz onu, tek bir foton olarak görüyorduk. Fotonları bu şekilde çoğaltırsak, sonsuz miktarda ışığı varedebiliriz. Fizikçiler bu olaya “Dallanan Evren” ismini vermişlerdir. Sonuçta “bir çok dünya” kavramı, Kuantum Fiziği'nin bir başka garabeti olarak karşımıza çıkmıştır. Yaklaşık kaç tane evren olduğunu merak edebilirsiniz. Herhangi bir evrenin gözlemlenebilen kısmında yaklaşık 10 üzeri 80 elementar parçacık olduğu hesaplanmıştır. “Büyük Patlama'dan” beri bunların her birinin 10 üzeri 10 yıl boyunca her saniyede bir “çift taraflı dallanma” olayına karıştığını varsayarsak, şimdiye kadar yaratılan evren sayısı, aşağı yukarı 10 üzeri 10 ve tekrar üzeri 12 gibi hayal edilemeyecek bir düzeyde olacaktır.

Tüm bu evrenler neredeler? Yanıt “tümü “bizim” evrenimizin bulunduğu yerde, yani “burada” olabilir.” Işın daha da ilginci, ne kadar dallanıp budaklanırlarsa budaklansınlar, bütün bu evrenleri gözlemleyen varlıkların her biri, bir diğeri ile etkileşim halinde olacaktır. Belirli bir daldaki herkes, kendi ölçme sonuçlarının ve kendi özel evrenlerinin var olan tek evren olduğunu düşünür.

İnsan Kuantum alanında kendi yaratımlarını sürdürürken, aynı anda diğer evrenlerde de etki yapıyor olabilir. Ya da tersi, eğer varsa ki bu durumda var gibi görünüyor, diğer evrenlerdeki varlıkların yaratımlarının da bizi etkilemesi kaçınılmazdır. Burada söylemeye çalıştığımız şey; bir çok evren ya da boyuttaki varlıkların birbirlerini etkiledikleridir.

Dolayısıyla siz burada düşüncelerinizle yeni seçimler ve yeni gerçeklikler yaratırken, evrendeki diğer varlıkları da harekete geçirmiş olursunuz.

Bunların isimlerinin ne olduğu önemli değildir. Fakat bizim kontrolümüzün dışındaymış gibi gözüken bir çok olayın, böylesi karşılıklı bir etkileşimin eseri olduğu hiç de akla gelmeyecek bir şey değil.

Artık asıl söylemek istediğimiz sonuca ulaşmış bulunuyoruz. Bilinçli ya da bizim şimdi ölçemediğimiz anlamda başka bir tür bilince sahip olan evrendeki bir çok enerjilerle işbirliği yapmak pek de imkân dışı değil.

Herşeyin bana anlamsız gözüksüğü bir dönemdi. Sık sık uzun yürüyüşler yapıyordum şehirde. En çok da Cağaloğlu'nu seviyordum. Kitapçılar, turistler, Kapalıçarşı. Yirmili yaşlardaydım. Gelecekle ilgili planlar yapmaya başladığımda, içimden bir ses: “Ee sonra” diye karşıma dikiliyordu. İşe girmeliyim “ee, sonra”, evlenmeliyim, “ee, sonra” daha bir işi planlarken sonrasını bu şekilde düşünmek, doğrusu bütün hevesimi kırıyordu. Daha sonra bu “ee, sonra”ların aslında “peki ne için?” demek olduğunu anladım. Yani AMAÇ neydi? Bütün bunlar uğruna bir çaba göstermem için bana sunulan amaçlar beni ikna etmiyordu. Hoş bunlar “NEDEN?” sorusuna yanıt da değillerdi. Sanki bir boşluk içinde yüzüyordum. İçimde beni inceden rahatsız eden bir sızı vardı.

Ve bir gün Cağaloğlu'nda yürüken, yerde bulduğum bir kaç sayfalık bir kitap parçası ki epeyce büyük bir parçaydı, benim bütün hayatımı değiştiren başlangıcı yaptı. Yağmurlu bir gündü ve kaldırım ıslaktı. Yerde henüz yeni düşmüş, sayfaları temiz bir kaç kitap sayfası gözüme ilişti. Sayfa demek doğru olmaz, çünkü neredeyse kitabın yarısı idi. Yerden kağıt parçası alıp okumak adetim olmamasına rağmen, eğilip aldım. Ve tam da benim her zaman içinde oturup kitap okuduğum kıraathanenin önüne denk geldiği için! Hemen bir çay söyleyip okumaya başladım. Kitap Carl Gustav Jung'un -ona teşekkürlerimi sunuyorum- “Psikoloji ve Din” adlı eseri idi. Ve ben o gün, o bölümü yutar gibi okudum. Sonraki bir ay da bu kitabını hep yanımda taşıdım.

Jung bu kitapta, o olağanüstü bilgeliğiyle insanın derin varlığıyla ilgili görüşlerini sunuyordu.

Çok ilginçtir ki -bunu şimdi hatırladım- orada rastlantılarla ilgili bir bölüm de yer alıyordu.

Ve bir bölümde şöyle diyordu: “Gerçek dinî yaşantı, öncelikle kişinin şu soruları samimiyetle sorması ile başlar: Ben neyim? Nereden geliyorum? Burada ne yapmalıyım? Ve nereye gidiyorum?”

O gün orada, tam benim bu soruları kafamın içinde döndürüp durduğum bir dönemde, o kaldırımın üstünde ıslanmadan duran o kitap neyi anlatıyordu? Ben bu rastlantının, Evrensel Bilinç'in benim ihtiyacımı en doğru zamanda karşıladığı bir düzenleme olduğunu düşünüyorum.

MELEKLER VE ORTAK YARATICILAR

Dallanan Evrenler Teorisi, evrenler arasındaki yaratma serüveninde pek de

yalnız olmadığımız ihtimalini güçlendiriyor. Bunlara ne ad verirsiniz verin, böyle bir ortaklıkla ilgili ipuçları azınmanmayacak kadar fazla.

Burada bu tür enerjilerden söz etmemizin nedeni, daha çok pratik sonuçlar elde etmek ve işbirliği yapmak yönündedir. Melekler, mitolojideki Tanrılar, periler, doğa ruhları, koruyucu varlıklar ya da isimleri ne olursa olsun, bu tür enerjilerin insan yaşamına aktif katılımları olduğu düşüncesi, Dallanan Evren Teorisi'yle örtüşmektedir.

Bu konuda İngiliz Kraliyet kayıtlarına da geçmiş olan şu örnek, bu konu için çok güçlü bir belge niteliğindedir:

Çanakkale Savaşı sırasında bir Anzak taburu tümüyle kaybolmuştur. Görgü tanıkları, savaşın seyrini değiştirmesi kuvvetle muhtemel bir Anzak birliğinin bir tepeye yürüyüşe geçtiğini ve tam zirveye varınca, bütün askerleri içinde toplayan bir bulutun yavaş yavaş yükselerek kaybolduğunu belirtmişlerdir.

Bu konuda daha geniş bilgi, Milliyet Yayınları'ndan çıkmış olan “Bilinmeyen” dergisinden edinilebilir.

Mitolojik efsaneler, Tanrılar'la insanların bir tür kader birliği ettiği bir dünya üzerine kurulmuştur.

Tanrılar hem birbirlerini kıskanırlar ve mücadele ederler, hem de hoşgörü göstermeyecekleri belli bazı kuralları vardır. Örneğin bunlardan en önemlisi “kibir”dir. Kibir, günahdır. Bu konuda gösterilen en küçük bir duygu, Tanrılar'ın katında bir tür cezalandırma sistemini harekete geçirir. Böylece o insanın kaderinde yeni yollar çizilmeye başlanır. Malı mülkü elinden gider, yakınlarını kaybeder, hasta olur ve daha bir çok şey. Bire bir aynen bu şekilde olmasa bile, evrensel ilkelere uymayan eylemlerde bulunan insanların, cezalandırma anlamında değil, ama ilkelerin doğal gücünün harekete geçmesi anlamında, uygun bir karşılıkla yüzleşmeleri temel mantığa uygun gözüküyor.

“Rüzgâr eken, fırtına biçer” gibi bir özdeyişle ifade edilen bu ve benzeri bir çok ilkenin de insanı kendisine uymaya sonunda mecbur eden bir gücü vardır.

Melekler, evrensel zekânın hareket halindeki uygulayıcılarıdır. Ve anlamlı rastlantılar konusundaki sürprizleri işleme koyma yetkisi ve gücüne sahiptirler. Bir başka Mitolojik–Dinsel öykü de Babil'de yaşayan “Habil ile Kabil” adlı iki melek ile ilgili olanıdır.

Kendi evrenlerinde ışıktan varlıklar olarak yaşayan bu ikili, insanların gerçekleri bu kadar geç idrak etmelerine tepki gösterirler. Ve kendilerine bir

sınav kapısı açacak olan şu sözü söyleyiverirler: “Biz olsaydık böyle yapmazdık.” Bunun üzerine artık onların orada kalamayacaklarına ve bu anlayışsızlıklarının farkına varmaları gerektiğine karar verilir bir üst plan tarafından.

Onlar dünyaya enkarne olurlar. Ve Babil’de iki rahip olarak yaşarlar. İnsanlara, görünen dünyanın gerisindeki gerçeklerle ilgili bilgileri anlatırlar. Bu gerçeklerden nasıl yararlanacaklarını öğretirler. Fakat kadınlar onların aklını çeler. Bu yüzden büyücülüğe varan teknikleri de öğretmeye başlarlar.

Onlar da dünyanın illüzyonuna kaptırmışlardır kendilerini. Bunu farkedince geri dönmek isterler. Ama onlara izin verilmez. Ya da bunun tersi de geçerlidir. Belli bir erdemi, güzel bir davranışı ödüllendirmek üzere, Tanrı’lar o kişiye yardım da edebilirler.

Bu konuda günümüzde de yaşanan, binlerce “olağanüstü” diye niteleyebileceğimiz örnek vardır. Ve sırf bilim dışı olarak değerlendirildiği ve bu konu suistimale çok açık olduğu için, gündem dışında tutulmuşlardır. Burada özellikle bir tanesini, kahramanları çok tanınmış insanlar olmaları ve yaşadıklarının tümüyle çok ilginç olması nedeniyle aktarmak istiyorum. Özcan Deniz ve Mahsun Kırmızıgül, seslerine güvenip, meşhur olma umuduyla Unkapanı’na gelmişler. Hilmi Topaloğlu da onların menejerliğini üstlenmiş. Paraları yok, pulları yok. Çalışmalar sırasında kalacak bir yer lâzım. Unkapanı’nın karşısında bir oteli tavsiye ediyorlar “ucuzdur” diye. Üçü birden bir odada, ranza düzeninde kalıyorlar. Tamamen birbirleriyle kaynaşmışlar. Yedikleri içtikleri ayrı gitmiyor. Derken bir gün, bir temizlikçi kadın beliriyor. Odalarını temizlerken bir yandan da onlarla sohbet ediyor. Bu konuşma birden entresanlaşıyor. Çünkü kadın kehanetlerde bulunuyor. Bir gün hepsinin çok ünlü ve zengin olacaklarını söylüyor. Pek de dikkate almıyorlar kadını, ama dedikleri hoşlarına gidiyor tabii. Hatta hangi parçalarıyla ünleneceklerini bile söylüyor. Ve bir uyarıda bulunuyor: “Böylesine zengin olduğunuz bir dönemde, öyle bir an gelecek ki, bazı değerleri kaybettiğinizi anlayacaksınız. Bu günleri özleyeceğiniz dönem olacak.” Hatta Özcan Deniz bunun üzerine: “Zengin olduktan sonra insanın ne derdi olur ki?” diyor. Gerçekten de kadının dedikleri bir bir çıkıyor. Söyledikleri parçalarla tanınıyorlar. Çok ünlü oluyorlar, seviliyorlar ve sonunda dostlukları bozuluyor, kurdukları ortaklık iflâs ediyor. Özcan Deniz, bunu bir televizyon programında anlatırken: “Bir kitap yazacağım ve

bu kitapta bu melekten söz edeceğim, hatta onun resmini çizip, bir an önce beni bulmasını isteyeceğim” demişti.

Sonraki dönemlerde Özcan Deniz, gerçekten ne denli yetenekli olduğunu gösterdi, oyunculukta da başarısını kanıtladı. Mahsun Kırmızıgül ise, yardımseverliği ve dürüstlüğü ile sanatçılığının daha çok takdir edilmesini sağladı.

Klasik Yunan tragedyaları, kahramanlarının bir zaafı yüzünden birdenbire değişen kaderleri konusunu işler çoğunlukla. Tanrılar bu tarz zaaflara pek hoşgörü göstermezler ve o kişiyi cezalandırırlar. En büyük zaaf, gurur ve bencilliktir tragedya mantığına göre. Örneğin Sofokles’in ünlü eseri Antigone’de, Tiran Kreon, adaletsiz davranışları yüzünden Tanrılar’ın kızgınlığını üzerine çeker.

Önce kızı Antigone, sonra da oğlu kendini öldürür. Bu olay Kreon’un bütün güvenini sarsar. Sert kabuk kırılmış ve Kreon’un yüreği ortaya çıkmıştır. Aslında Tanrılar’ın amacı da budur ya. Bunun üzerine Koro şöyle der:

“Mutluluğun bir kaynağı

Anlayış ve sağduyu

Tanrısal güçlere saygı.

Kendini bilmez kişi

Bencil hırsıyla

Çanak tutar felâkete ve böyle geçkin yaşta

Kafasını çarpa çarpa

Erişir bilgeliğe.”

BİR GÖRÜNTÜNÜN KIRK YILLIK GÜCÜ VAR

Bir hayali gerçek yapmak insana yaraşan bir yetenektir.

Kuantum Alanı’nın belirsiz boşluğuna kendi vizyonunuzu çizdiğiniz zaman, Tanrı’yla beraber ortak bir yaratım işine girmiş olursunuz.

Kuantum seminerlerine ilk başladığım günlerden tanıdığım bir dostum, sitemle karışık bir yardım istedi bir gün. Artık onunla dost olmuştuk birçok katılımcıyla olduğu gibi. Kocasının bir dükkânı vardı. Ortağıyla anlaşılamıyordu. Adam kasadan para alıyor, ortaklığı bozma tekliflerine de olmayacak öneriler getiriyordu. “Sen bizim payımızı ver, biz ayrılalım” fikrini kabul etmiyor, “peki biz senin hisseni verelim” deyince de, yüksek bedeller istiyordu.

Bir gün ziyaretine gittiğimde bazı imgelemeler yaptık. Bir kaç gün sonra

hiçbir şeyin değişmediğini bildirdi bana ve: “Herkes yardımın oluyor, ama arkadaşına değil” gibi sitemlerde bile bulundu. Aklıma takılmıştı doğrusu. Karşıma çıkan her hadiseyi bir tür meydan okuyuş olarak değerlendirdiğim için, bu olaya nasıl yaklaşmam gerektiğini düşünmeye başladım. En iyisi onu tekrar dinlemektir. Aradığım ipucunun onun konuşmalarında, seçtiği sözcüklerde ve hatta o sözcükleri nasıl tonladığında saklı olduğuna inanıyordum. Lâf arasında, aynen borcunu alamayan öğretmenin yaptığı gibi “onlar bildiğin gibi değil, berbat adamlar!” dedi. Ortağını anlatırken kullandığı sözcükler ve vurgusu, ortağı gözünde çok büyüttüğünü, onu devleştirdiğini, kendini ise, onun karşısında minicik ve çaresiz bir hale getirdiğini gösteriyordu. Birden, aradığım ipucunun bu olduğunu farkettim. Bu görüntü, beyinde abartılı bir resim oluşturunuyordu. Bilinçaltı bu resmi alıyor, bu resmin amacına ters olup olmadığına bakmadan Kuantum alanına emir veriyordu. O zaman ortakları gerçekten de aldedilmesi mümkün olmayan bir deve dönüşüyordu.

Hemen resmi ters çevirdik, kendisini koskoca, güçlü bir şekilde canlandıracaktı zihninde, ortaklarını da küçücük bir bebek gibi. Bu resim evrensel ilkelere de uygun düşüyordu, çünkü onlar haklıydılar. Haklarını almaları, öncelikle ortaklarının yararına bir sonuç olacaktı.

Ve ortakla yapılan son toplantı, aynen bizim oluşturduğumuz resme göre oldu. Adam önce kabadayılık yapmaya yeltendi, fakat karşısındakinin gözlerindeki kararlılığı görünce, uzatılan senetleri imzaladı ve çekip gitti. Görüşmeyi yapan kimdi biliyor musunuz? Kocasısı değil, kendisi! Çünkü imge çalışmasını yapan oydu, kocası değil. Olayı bana hayretler içerisinde anlattığında, zihinde oluşturulan bir görüntünün ne denli güçlü olduğunu düşündüm.

Bilinçaltı, sözcükleri ve onlara yüklediğimiz anlamları resimlere dönüştür. Zihinde yaratılan net bir görüntü, aslında gerçeğin hammadidesidir.

Bu yüzden ben, elimde bir kağıt ve kalemle anlatılanları resme dökmeye başladım. Resim tamamlandığında kişi, bu resmin ne derece kendi yararına olduğunu görme şansını elde eder.

Çünkü resim neyse, sonuç da o olacaktır. Eğer sonuçtan memnun değilse, o zaman yeni bir resim oluştururuz.

Hatta resim değiştirme tekniği, geçmişte yaşanmış bir olayın olumsuz etkisinden kurtulmak için de kullanılabilir. Bilinçaltı, kendine gönderilen yeni resmin gerçek olup olmamasıyla ilgilenmez, onu gerçek kabul eder ve öyle

işlem yapar.

Küçükken çok istemesine rağmen, annesi doğum gününü kutlamayan, üstelik kendisine böyle bir şey istediği için ona kızan bir adamla çalışmışım. Uygun bir gevşeme ve zihinsel duruma sokunca, yeni bir senaryo oluşturduk ve ona muhteşem bir doğum günü düzenledik. Resim zihninde oluşur oluşmaz kahkahalarla gülmeye başladı. Sanki gerçekten bir kutlama olmuştu! Seans bittiğinde yüzünde öyle bir ifade oluşmuştu ki, kız arkadaşı onun bu ifadesini gördüğünde bakakaldı.

Böylece, resmin, imgenin ve vizyonun doğru oluşturulmasının, başarı ve mutluluğun en temel şartlarından biri olduğu ortaya çıkar.

Gelecekle ilgili vizyon oluşturmak, bu bakımdan büyük bir önem taşır.

Öncelikle en büyük hayalinizin ne olduğunu çok iyi çizmeniz gerekir.

Böylelikle hayat malzemesini ne için kullanacağınızı tesbit etmiş olursunuz.

İçinizde, ta içinde gizli tuttuğunuz en derin isteklerinizi, hiç bir sınırlama koymadan ve hiç bir engel olmadan farketmek ve yazmak işin birinci adımıdır.

Bu hedefin gerçekten sizin özel ve kişisel hedefiniz

olduğundan emin olmalısınız. Bunun için çok önemli bir sinyalin oluşmasını bekleyin: SEVİNÇ duygusunun! Sevinç duygusu, ruhun en önemli işaretidir. O anda düşündüğünüz şeyin sizin için doğru olduğunu gösterir. Ve sevinç duygusu, aynı zamanda hayalinizi gerçekleştirecek güce ve yeteneğe sahip olduğunuzu da gösterir.

Genç bir öğretmenden söz etmek istiyorum size. Hikâyesi, şimdiye kadar söz ettiğim bütün konular için ideal öğeler taşıyor. Öğrencilerine aşık bir idealistti. Kendisini geliştirmek için ulaşabildiği bütün Kişisel Gelişim Seminerleri'ne katılmıştı. Yetmemiş, yurt dışına gitmiş, orada da bir kaç program daha izlemişti. Yurtdışından dönüşte, çalıştığı dershanenin sahibi söz verdiği halde onu tekrar işe almamış. Buna çok üzülmüş. Çünkü bütün planlarını ona göre yapmış. Bunun için bazen kendini suçluyor, bazen de patronuna kızıyordu. Kendisini tembellik yapmakla, sorumsuzca davranmakla suçluyordu. Benim yönettiğim bir seminere katıldığında, hikâyesini bütün detaylarıyla anlattı. Belki de yurtdışına gitmemeliydi, gitse bile işini daha sıkı tutmalıydı.

Bir yıl boyunca çalışmadan yaşamak zoruna gidiyordu.

Olaya daha geniş bir perspektiften bakınca, onun tam bir döngüsel dönemin sonunda ve yeni bir dönemin başında olduğunu farketmek, pek zor değildi.

İçsel olarak değişmişti, ama o bunu yeni yeni farkediyordu. Konuşmalar sırasında, aslında tam olarak yapmak istediği şeyin, eski çalıştığı yerin sınırlarına sığmayacak yeni yönelişler olduğunu farkettiler. Orada kalsa, tam olarak isteklerini gerçekleştiremeyecekti. Nitekim öğrencilere yaklaşım biçimlerini anlamayan bazı öğretmenler onu eleştirmiş ve üstü kapalı bir biçimde uyarmışlardı.

Yeni eğitim sezonu yaklaşırken, kendi kurumunun okuluna ve bir çok başka okula öğretmen olabilmek için başvurdu. Aslında çok başarılı ve çalışkan bir öğretmendi, işini seviyordu, ama nedense bütün görüşmelerden eli boş döndü! Tuhaftı doğrusu!

Görüşmelerimiz sırasında, bir yandan herhangi bir okula girmek istediğini, diğer yandan ise kendi kafasına uygun bir eğitim yapabileceği bir kuruma sahip olmak arzusunu dile getiriyordu.

Ama isteklerini ertelemeliydi. Çünkü zamanı değildi.

Bir yandan çevresinin, ailesinin onaylayacağı bir işi yapmayı istiyordu, diğer yandan da aslında bunu istemiyordu.

Tam bir “Akıl ve Gönül Savaşı” içinde kalmıştı.

Görüşmelerimiz süresinde kendi istekleri konusunda farkındalığı arttı. Sonra da, aslında bütün altyapısı uygun olmasına rağmen, hiç bir eğitim kurumuna davet edilmemesinin arkasındaki mesajı yakaladık: Evren, yine onun derin isteklerine yanıt veriyordu. Hayat tümüyle ondan yanaydı. Onun için çalışıyordu. Ama onun geçmiş koşullanmalarıyla programlanmış bilinci, bunu farketmesine engel oluyordu. O, bu yüzden olması gerekenin tam tersini düşünüyordu.

Hikâyenin geri kalan kısmını öğrenmek istediğinizi biliyorum. Çok güzel bir danışmanlık bürosu açtı kendine, hem de kimseden yardım almadan. Çok kısa sürede, gece gündüz çalışarak bütün işlemleri ve hazırlıkları yaptı.

Ekibini kurdu ve yavaş yavaş sevgili öğrencilerine o çok istediği özel hizmeti vermeye başladı. Sabahın köründe ayağa kalkıyor ve gerekirse gece yarısına kadar çalışıyor. Gözleri pırıl pırıl, neşeli ve kendine güvenli.

O, şimdi hayalini kurduğu resmin içinde yaşıyor!

Bir görüntü, kendisine ait bir duygu oluşturur. Ya da tersi, daha önce sahip olduğunuz bir duygu, kendisine ait bir resim oluşturmuştur.

O halde duygunuzun ve kafanızın içindeki resmin farkına varmalısınız.

Bir hanım katılımcı, temel kavramlarla ilgili çalışmayı yaparken “aşk” sözcüğünü “evlilikle biten bir süreç” olarak tanımladı. Böylece kendince

evlenme ihtimali olamayan birine aşık olamayacağını söylemiş oluyordu ya da bir aşkın mutlaka evlilikle noktalanması gerektiğini. Aslında bu ikisinin de kendisini ne kadar büyük bir açmaza soktuğunu farkettiğinde içi daraldı. Gerçekten de birlikte olduğu erkeklerle bu yüzden tam bir ilişki yaşayamıyor, “acaba evlenecek miyiz, evlenmeyecek miyiz?” diye beyninde papatya falı bakarken ilişkiyi kaçıırıyordu.

Bir ara kapattığım Kültür Merkezi’nden bir borç mirası kalmıştı üzerime. Görünürde kazancım, borçlarımı ödemeye yetmiyordu, küçük bir kısmını ödeyebilmiştim ancak. Hatta bir kısmı bankaya olan kredi borcumdu ve her geçen gün faizi üst üste biniyordu. Bir gün zihnimde borçla ilgili görüntüyü açıkça yakaladım. Kafamdaki resim, borçlarımın dağlar gibi yığıldığı, oysa ödeme gücümün onun yanında devede kulak kaldığıydı. Nasıl farkına varamamıştım?! Hemen ayağa kalktım. Elime bir kağıt aldım ve hayalî kaynakları dağlar gibi sıraladım. Sekiz on sıradağ vardı en az. Onun yanında küçücük bir tepe gibi borçlarım duruyordu. Çok değil iki ay sonra, hiç tahmin etmediğim bir yerden sürpriz bir kaynak çıktı ortaya. Aynen kağıt üzerine çizdiğim biçimde!

BİR GÖRÜNTÜ OLUŞTURMANIN ONBİR ADIMI

1– Zihninizde, bir süre sonra gerçekleştirmek istediğiniz bir görüntü oluşturmak istiyorsanız, bunun öncelikle sizin için bir anlamı olması gerekiyor.

Bu istek içinizden, özünüzden kopup gelmeli.

Hiç kimse için değil, ama sadece kendiniz için.

Ana tema, içinizde her zaman kendinizi daha iyi ifade edebileceğiniz uygun araçları yaratmaktır.

Ancak içsel planınızla uyumlu olan bir görüntünün gerçekleşeceğini bilmenizi isterim.

Bir de hayallerinizin evrensel ilkelere de uyumlu olması gerekir. Daha sonraki bölümlerde genişçe söz edeceğimiz bu ilkeler, bir tek cümlede toplansaydı şöyle diyebilirdik: “Kendiniz ve herkes için yararlı olabilecek sonucu arzu etmek.”

Bu yüzden biz seminer çalışmalarında, öncelikle, kişinin gerçekten ne istediğini kendisine buldurmak ve farketirmek için çalışmalar yaparız. Bu, işin en önemli kısmıdır.

Korkularını, sınırlamalarını ayıklarız birer birer. Çocukluk hayallerine döndüğümüz de olur bazen. Onu cesaretlendiririz.

Bunu bir kez keşfedince, artık gerisi gelir.

2- Ulaşmak istediğiniz hedefin sonuçlanmış bir görüntüsünü hafızanızda resmetmeniz gerekiyor.

Bu konuda zihninizin ara süreçleri izlemesine ihtiyacınız yok. Arzu ettiğiniz sonucun içinde yaşarken görnelisiniz kendinizi. Bitmiş ve sonuçlanmış haliyle.

3- Bu görüntüyü beş duyunuzun tüm unsurlarını kullanarak, tümüyle hissetmelisiniz.

Kokusunu duymalısınız, rengini görmelisiniz, dokunmalısınız ona, elinizde temasın etkisi kalmalı. Sesler duymalısınız, hayalinizin içindeki senaryonun seslerini. Tadı varsa, onun neye benzediğini bulmalısınız.

4- Bu sonuç görüntüsü bir senaryo halinde akıp gitmeli.

Bir başı, gelişmesi ve sürpriz bir sonu olmalı. Senaryonun çok uzun olmasına gerek yok, kısa, fakat etkileyici olmalı. Sadece ihtiyacınız olan görüntüleri kullanmalı, gereksiz detaylara yer vermemelisiniz.

5- Bu işlemi keyifli bir oyun haline getirmelisiniz. Ondan zevk almalısınız.

Böyle yapınca rahat ve gevşek bir zihinsel duruma girersiniz. Asla “acaba becerecek miyim? Ya başarılı olamazsam?” gibi vesveselerin sizi esir almasına izin vermeyin.

6- Sonuçtan emin olarak sakince beklemelisiniz.

Siz görüntüyü gönderince, yanıt mutlaka gelecektir. Bir lokantaya gidip yemek ısmarladığınızda nasıl siparişinizin geleceğinden emin olarak beklerseniz, aynen öyle bekleyin.

7- Bir yandan da dikkatli ve tetikte olmanız gerekiyor.

Sakin, ama dikkatli yani iki duyguyu birbirine kardeş yaparak. Dikkatli bir bekleyiş, genel resmin öncü oluşumlarını yakalamanızı sağlar.

8- Senaryonuzun içinde bir mizah unsurunun olması, duyguyu daha da kalıcı kılar.

Ya da abartılı bir anlatım. Bir çok reklâm senaristi bu tekniği uygular.

İzleyicilerin bir meşrubatı içtiklerinde, aşkın en çılgınını yaşayacaklarına dair bir alt mesajı almaları için düzenlenmiştir birçok senaryo. Ya da başarının doruklarına yükselebilmek hayalini, belli bir gömlek markasını kullanmakla bütünleştirmek amacıyla.

Reklâmcıların belli şirketler için yaptıkları çalışmaları siz neden kendinize

yapmayasınız?

Metin yazarlarının yaratıcı bir fikri ya da görüntüyü bulabilmek için nasıl kafa patlattıklarını iyi biliyorum. Çünkü bir zamanlar ben de onların arasındaydım.

Aynı şeyi, kendi hayallerinize ulaşabilmek için kullanmak, hiç de fena bir fikir değildir.

9- Bir hayalinizi oluşturduktan sonra, sanki sonuçlanmış gibi onu kutlamak ve evrene, meleklerle ya da neye istiyorsanız ona teşekkür etmek, sonucu kesinleştirir.

Hatta bu teşekkürünüzü yazılı olarak bir yerlere yazmak, işi iyice sabitleştirir.

10- Bütün hayallerinizi içine alan “bir kutsal hazine haritası” oluşturun.

Üzerine hayallerinizle ilgili görsel malzemeleri yerleştireceğiniz bir pano yapın. Resimler, yazılar, küçük objeler bulunan bir pano hazırlamak ve ona sık sık bakmak büyük bir pozitif etki yapar.

11- Hayalinizdeki resmin benzeri yerlerde sık sık bulunun.

Onları görün, onlara dokunun. Onlar hakkında konuşun. Onların içinde bulunun ve o anı sık sık hatırlayın.

Sevgili Doğan Canku bu konuyla ilgili bir anısını anlatmıştı. Bir dersane açmıştı Erenköy taraflarında bir yerde. Bir süre sonra Milli Eğitim Müdürlüğü Müzik Dershanesi için ruhsat alması gerektiğini, ama içinde bulunduğu dairenin bu işe pek uygun olmadığını bildirmişti ona. Bir de süre vermişti yetkililer. Ama o hazırlıksız yakalanmıştı ve verilen süre içinde bir yer bulması olanaksız gözüküyordu. Ama sadece öyle GÖZÜKÜYORDU! Doğan Canku, daha önce de çok iyi bildiği imgeleme tekniğini kullanmaya karar vermiş. Maltepe taraflarında gördüğü ve beğendiği üç katlı bir bina için: “Ne güzel bir yer, keşke benim olsa” demiş önce. Sonra diğer önünden geçtiği zamanlarda “işte benim binam bu!” demiş, yüksek sesle. Aradan kısa bir süre geçmiş, bir gün bir ders sırasında öğrencisine dert yanacağı tutmuş. Kız da hocasının bu durumuna üzülmüş ve eve gidince durumu müteahhit olan babasına açmış, babası da: “Yahu benim Altunizade’de üç katlı bir evim var, yeni bitirdim. Bir baksın, beğenirse belli bir hisseyle ortak oluruz, olur biter” demiş.

İş bu ya, binayı görmeye gittiğinde Doğan Canku şaşkınlıktan küçük dilini yutacaktı!. Aynen Maltepe’de görüp beğendiği ve her seferinde: “Bu benim yerim” dediği binanın tıpatıp aynısı değil mi?

MADDE NE KADAR

MADDÎDİR ?

Newton Fiziği maddenin katı, sert bir gerçeklik olduğu varsayımından hareket eder. İlk bakışta doğrudur da bu. Madde, gerçekten maddî bir oluşumdur. Elinizde tuttuğunuz kalem, bedeniniz, yoldan geçen arabalar, beyninizde aynı gerçeğin sabitlenmesini sağlar; madde eşittir katı gerçeklik. Çıplak gözle bu şekilde dünyaya bakış, aslında bir tür bakar körlük geliştirir insanda.

Oysa göz değil de, bir başka araç kullandığımızda, örneğin bir elektron mikroskobu, orada gördüğümüz şey, yüzde doksandokuz boşluk, yüzde bir ışık olacaktı. Bu da, gerçeğin diğer yönü.

Maddenin maddî olmadığı, herşeyin bir hayalden ibaret olduğu fikriyle, yani, sadece bu görüşle hareket edersem, ilk gördüğüm arabanın altında kalmam kaçınılmazdır.

Oysa burada söz konusu olan, gerçeğin çok katlı ve çok boyutlu bir yapıya sahip olmasıdır.

Küçük bir ışık kaynağını bir karanlıkta hızla çevirirsem, uzaktan bakan, ışıktan bir çember görecektir. Modern Fizik, katı gerçekliği oluşturan atomaltı parçacıkların, bilardo topu gibi katı parçalardan oluşmadığını, yoğunlaşmış ışık kümelerinden meydana geldiğini bulmuştur.

Biraz önceki örnekte bu hızla çevirdiğimiz ışık kaynağına, ikincisini, üçüncüsünü, hatta dördüncüsünü ilâve etseydik ve bunları, ışıktan bir küre oluşturacak biçimde düzenleseydik, uzaktan bakan kişi, bunu bir küre olarak görecekti.

Kurgumuzu daha da geliştirelim. Bu ışıktan kürelerin sayısını çoğaltıp, tasarladığımız bir formu oluşturmak üzere dizayn ettiğimizi varsayalım. O zaman artık bakıldığında görülecek olan şey, üç boyutlu bir madde olacaktı. Bu da gerçeğin bir başka boyutu!

Hangisi en gerçek? İlk başlangıçtaki tek ışık kaynağı mı? Yoksa çevremizde gördüğümüz binlerce görüntü mü?

Bana sık sık Kuantum Düşünce Tekniği'ni tanıttığım konuşmalarda “bu, bir tür Olumlu Düşünme Tekniği değil mi?” diye sorarlar. Ben de: “Hayır” derim “bu, Çok Boyutlu Düşünme Tekniği olabilir belki.” Hayatın sadece dışardan görülen fenomenlerine takılıp kalmak, bizi gerçekçi yaptığı kadar körleştirir de.

Bir dönem, çalıştığım dergiye yeni aboneler bulmak için iki arkadaş iş

yerlerini dolaşıyorduk.

Önce “hayat sizin için ne ifade ediyor?” gibi bir soruyla başlıyorduk konuya. Konuştuğumuz insanlar avukatlar, iş adamları, ve yöneticilerdi. Çoğu şöyle bir kafalarını kaşıyor, düşünüyor ve ondan sonra da: “E, ne olacak? Doğduk, okuduk ve iş kurduk evlendik, çoluk çocuk derken, sonra da ölüp gideceğiz.”

Bütün bu yaşam macerasının anlamını sorduğumuzda: “Bu soru da nereden çıktı?” gibilerinden yüzümüze bakıyorlardı.

Hayatın görünen koşuşturmalarının gerisindeki anlamı çözmeye çalışmakla, maddenin katı gerçekliğinin ötesindeki alana uzanmaya çalışmak arasında büyük bir paralellik var gibi geliyor bana.

Çünkü gözle göremediğimiz dünyada olup biten şeyler, görünür dünyaya şekil veriyorlar.

Sevgi ve nefret, neşe ve üzüntü, keder ve mutluluk, zevk ve acı, doğru ve yanlış, amaç, anlam, umut, cesaret, umutsuzluk, Tanrı, cennet, cehennem, lütuf, günah, lânet, aydınlanma, bilgelik, merhamet, kötülük, kıskançlık, kin, cömertlik, arkadaşlık.

Bütün bunlarla ilgili FİKİRLERİN bulunduğu döl yatağından; ZİHNİMİZİN dünyasından şekilleniyor hayat.

Bilim adamları nesnel gerçekleri şunları söyleyerek savunurlar: “Bir nesneyi görebilirim ve ona dokunabilirim; ölçülebilir boyutları vardır; matematiksel olarak ifade edebilirim.”

Eğer insan vücudunun mikroskop altında incelenebilecek parçalarını bir yana koyarsanız, geriye bilim adamlarının dayanabileceği hiçbir şey kalmaz. Ama yine de bakıldığında vücudumuz oradadır işte! Gerçektir gerçek olabildiğince!

İçimizdeki her atom 99.999 oranında boşluk içerir ve o boşluğun etrafında uçuşan sadece enerji titreşimleridir.

Bir film görüntüsü de arka arkaya hızla akan resimlerden oluşur. Hayatın tek boyutlu değil de, üç boyutlu görüntülerin hızla akmasından oluşuyor olması, ona ne derece gerçeklik katar?

Hint geleneğindeki “Maya” kavramı tamı tamına bu bakış açısını yansıtır.

Maya “yanılsama” ya da “hayal” anlamına gelen Sanskritçe bir kelimedir. Bu kelime “ölçmek, biçimlendirmek, inşa etmek” kökünden gelir. İslâm geleneğinde kullanılan “kader” kelimesi ise, Prof. Dr. Yaşar Nuri Öztürk’ün de ifade ettiği gibi, benzer bir açılıma sahiptir. “Ölçmek” ve “düzen”

anlamındaki Maya, aynı zamanda “sihirli” anlamında da gelir. Savaş zamanında yapılan kamuflaj ve taktik anlamını da içerir. Maya, sizin bakış açınıza göre korkutucu ya da komik, çok güçlü ya da tamamen iktidarsızdır. Korkutucu görüntü, eğer onu değiştirmeyi becerebilerseniz, harika bir görüntüye dönüşür.

Kur’an’daki “dünya hayatı bir oyun ve eğlenceden başka bir şey değildir” ayeti, Maya gerçeği ile paralellik gösterir.

Böylece, maddenin çok da maddî bir şey olmadığı fikri, şeylerin, aslında hiçbir şeyden üretildiği sonucuna götürür bizi.

Hiçbir şey aslında yine de çok bir şeydir. O da, sizin seçimlerinizdir. Her sabah evren sizi şu soruyu sorarak uyandırır: “Bugün neyi seçiyorsun? Vakitlice söyle, çünkü onu oluşturmak için harekete geçmem gerekiyor.”

GELECEKTE OLMAK İSTEDİĞİNİZ HALİNİZİ ZİYARETE GİDEBİLİRSİNİZ

Bütün arzularını gerçekleştirmiş, istediği herşeye ulaşmış, olmak istediği kişi olmuş halinizi ziyarete gidebilirsiniz. Bunun için Yüksek Benliğiniz’le işbirliği yapın. Onun sizi yönlendirmesini bekleyin. O, sizin için en uygun görüntüyü oluşturacaktır.

Her seminer kendine özgü bir gelişme takip eder. Çünkü deneylerim bana göstermiştir ki, aslında konuları tayin eden ve planlayan kişi olmama rağmen, onların nasıl, ne zaman ve ne şekilde işleneceğini tayin eden katılımcılardır. Böylece birlikte bir eser çıkartırız ortaya. Hatta bazen kendimi daha önce hiç işlemediğim bir konuyu anlatırken bulurum.

Gelecekte olmak istediğimiz kişiyi görmek fikri de böyle bir derste ortaya çıktı. Ve birden ben kendim için de aynı çalışmayı yapmak istediğimi söyledim. O günden sadece üç ay sonra, İzmir’de fuarın içinde, bir Kişisel Gelişim Festival Programı’nda sahnede hem Kuantum Düşünce Tekniği’ni anlatırken, hem de arada şarkı söylerken buldum kendimi. Gösteri bittiğinde, ben de

dinleyiciler de büyülenmiştik.

Üç ay önceki çalışmada gördüğümde böyle bir sahneydi. Birebir aynı değildi kuşkusuz. Ama öz olarak aynıydı. Ve insanlar beni alkışlarken hissettiğim duyguyu, o zaman da aynen yaşadığımı hatırlıyorum.

Çünkü o anda ben, olmak istediğim kişiyi ifade ediyordum.

Gözünüzü kapatıp meditasyon durumuna giriyorsunuz. Sonra zihninizde

İdeal Ben'inizin içinde yaşadığı muhteşem bir mekân yaratıyorsunuz. Bu yapı, sizin kendi zevkinize göre oluşturduğunuz bir yer olmalı. Sonra görkemli ve aydınlık merdivenlerden çıkıyorsunuz. Kendinizi tümüyle Yüksek Benliğiniz'in yönetimine bırakın. Her taraf aydınlık. Derinlerden hoş bir müzik sesi geliyor.

Ve orada ayakta sizi bekleyen İdeal Ben'inizi görüyorsunuz... Kıyafetini hayal edin... Üzerindeki giysinin rengini... Tatlı bir rüzgâr esiyor ve o sizi kucaklıyor... Bakışlarında olağanüstü bir dinginlik ve sevgi var... Sonra çok hoş iki koltuğa karşılıklı oturuyorsunuz... O size bir şeyler anlatıyor... Dinleyin onu... Söylediklerini hafızanıza kaydedin... Ve sonra kendinizi onunla bütünleştiriyorsunuz... İkiniz bir oluyorsunuz... Ve sonra ideal işinizi yaparken görüyorsunuz kendinizi... Onu dikkatle izleyin.... Görüntü sembolik, kısa ve etkili olacaktır...

Böyle bir çalışma yaptığımız ve kendisiyle birlikte çalıştığımız psikolog hanım, kendini kristal bir küreye benzeyen bir yerde gördü. Başının üstünden gelen rengârenk ışıkları aşağıya bir yerlere yönlendiriyordu.

Şimdi gerçekten de başkaları için vizyonlar oluşturan, onları bu konuda motive eden, öneriler getiren ve yardım eden bir kişiliğe sahip. Gördüğü vizyonu şu anda gerçekten yaşıyor.

Siz de bilinç katmanları ile uyumlandığınızda, bu görüntüleri kolayca göreceksiniz.

Birçok kişi, bu tarz çalışmalar yapılırken kendi duygularından ve gördüğü vizyonlardan kuşkulama eğilimindedir. Kendilerini böyle bir şeye lâıyk görmezler. Yeterli bulmazlar. Gelişigüzel hayaller gibi gelir onlara. Çünkü birçok kişi, kendi duygularını farketmek, onlara güvenmek ve izlemek yönünde cesaretlendirilmemiştir.

Kendi duygularımız bizim en büyük ve belki de tek hazinemizdir. Çünkü duygular inanca, inançlar da gerçeğe dönüşürler. Çünkü duygular, yaratıcılığın motorudur.

Hayalinizde gördüğünüz gelecek figürünüzün şimdiki durumunuzla hiç ilgisi olmayabilir. Ya da “bu da nereden çıktı?” diyeceğiniz ve o anda uygunsuz görünen bir figürdür bu. Bu görüntü üzerine düşünün uzun uzun ve onu içselleştirmeye çalışın.

Bir süre sonra bu imajla ilgili fırsatlar çıkmaya başlayacaktır. Onları dikkatle takip edin, değerlendirin. Bunlar hakkında düşünün ve bunlar için sevinin.

EVRENSEL İLKELER

İlkeler güçlü enerjilerdir. Bizi kendilerine uydururlar.

Herkes için eşit şekilde işlem görürler.

Zorlamasız, ama etkili bir biçimde ve her zaman iş başındadırlar. İlkeler, evrenin yazılı olmayan kurallarıdır.

Kişisel gelişimle ilgili birçok öneri, başarı ve güç elde etmek için uygulayacağımız teknikleri içerir.

Sporla ilgili bir başarı için performansı doruğa çıkarmaktan tutun, çok para kazanmak, ünlü olmak gibi bir çok sonucu elde etmek için beynin programlanması ve bilinçaltının kurgulanması gibi farklı teknikler söz konusudur. Bu sonuca ulaşmak için uyulması gereken kurallar ve değerler konusu ise, pek gündeme gelmez. Hatta bu teknikler, kavramların içini boş bırakmış olmakla övünürler. Nasıl yapılsa yapılsın, ama mutlaka başarılmalıdır. Elde edilen sonuçların maliyetleri ile ilgili değerlendirmelere gerek yoktur.

Fakat değişen koşulların zorlaması “ETİK DEĞERLER” ya da “KAZAN - KAZAN” modelini ön plana çıkarmaya başlamıştır.

Değişen koşullar, sanayileşirken, doğanın dengesinin de dikkate alınmasını, değişen dengeler ise, bir kişinin başarısı yanında grubun başarısı için de kafa patlatmanın neredeyse şart olduğu gerçeğinin apaçık fark edilmesini gerekli kılıyor. Sonuç için hangi yolları seçtiğinizin, gerçek sonuç için ne denli önemli olduğu artık iyice anlaşılmış durumda.

Hayat laboratuvarı, evrensel ilkelerin ne denli zorlayıcı bir ağırlığı olduğunu apaçık ortaya koyuyor.

Bu yüzden Kuantum Düşünce Tekniği, sadece “düşünmeyi öğren, istediğini al” şeklinde özetlenemez. Daha çok “evrensel ilkelerle uyumlan ki, başarın daim olsun” cümlesinde bütünleştirilebilecek bir sonuca götürür bizi.

O zaman, düz bir muhasebe mantığı ile düşünmüş olsak bile, evrensel bir ilkeyle uyum sağlamak, gerçek ticarî mantık anlamında da pek akıllıca bir iş olmuş olur.

Bir evrensel ilkeyi yok saymak, onun bizim üzerimizdeki etkisini bitirmez.

Bu ilkeler torpil ve iltimas yapmazlar. Kral ya da dilenci olsun, herkes için eşit derecede geçerlidirler.

Ama evrensel ilkeleri farketmek ve onlara uyum sağlamak, bizim gücümüzü katbekat artırır.

Hedeflerimize çabuk ve zorlamasız ulaşmamızı sağlar. Bu açıdan onlar bizim müttefikimizdir.

Evrensel ilke bir dine ya da bir felsefeye ait olabilir ya da olmayabilir. Hiç farketmez. Onların hangi etiket içinde sunulduğu önemli değildir.

Bu ilkelere ters düşmek, akıntıya kürek çekmek gibidir. Ya da bindiği dalı kesmek gibi bir şey.

Fakat geçmişte yapıldığı gibi, herhangi bir kurum ya da kişinin bu ve buna benzer herhangi bir ilkeyi insanlara zorla kabul ettirmeye çalışmasının, aslında bir başka ilke ihlâli olduğunu da eklemek gerek.

Evrensel ilkeler, hayatın trafik kuralları gibidirler. Bu kuralları bilmeden trafiğe çıktığınızda kaza yapmanız kaçınılmaz olur.

Evrensel ilkeler polisiye kurallara benzemezler. Polisten kaçtığınız sürece ceza görmezsiniz, ama evrensel ilke, bir tür dengeleme sistemidir ve denge, mutlaka bir şekilde kurulur.

Hint düşüncesindeki “karma” sözcüğü, gerçekte denge anlamına gelir. İşte size evrensel ilkelerin en önde gelenleri. Gelin bunları şimdi daha yakından inceleyelim:

1 – BÜTÜNLÜK VE BİRLİK İLKESİ

Bütün evren birbirinden bağımsız parçalardan meydana geliyor gibi gözükse de, aslında “Bir” ve “Bütün”dür. Bir tek noktasının içinde bütünün bilgisi vardır. Bir tek insanın içinde bütün insanlık ve kâinat saklıdır. Bu açıdan bakıldığında, bir tek insanın gücü kâinatın gücüne eşittir.

Yine bu açıdan bakıldığında, bütün insanlık tek bir ailedir.

Bir bedenın uzuvları gibi, insanlık bir bütündür ve tek bir organizma gibidir. Bu bakımdan, eğer bir kısım bozulmuş ve çürümüşse bundan bütün beden zarar görür. Aynı biçimde evrenin her noktasındaki değişik varlıklar da birbirlerinden her an etkilenirler.

Bu bakımdan bir kişiye bile verilen herhangi bir zarar, bütün insanlığa verilmiş olur. Ve bir kişi için yapılan en küçük bir yardım, bütün insanlığa yapılmış bir yardımdır.

Evrenin bölünmez bütünlüğü sonsuz bir okyanus gibidir. O okyanusun içinde bütün varlıklar her an birbiriyle temas halindedirler.

Bu noktada, zaman ve mekân sınırlaması yoktur. Bu noktada okyanusun bir noktasında oluşan bir değişiklik anında bütüne yansır.

Ve bir damla, okyanusun bilgisini ve gücünü içinde taşır.

2 – HAK İLKESİ

Aslında bütün ilkelerin asıl birinci ilkedен kaynaklandığını söyleyebiliriz.

Çünkü Hak İlkesi, bütün insanlığın başından bu yana birbirine karşılıklı haklarla bağlı olduğu gerçeğinden kaynaklanır.

Bu sebeple bir başkasının; zamanına, parasına, malına, gizliliğine, namusuna, onuruna, bedenine yani, sahip olduğu herşeye o kişinin rızası alınmadan ya da kandırılarak yapılan en küçük tecavüz, aynı zamanda bir hak ihlâlidir. Hak İlkesi, denge unsurunun eylemlere yansımasıdır. Tarih sahnesi, haklar konusunda yeterli farkındalığı olmayan toplumların, düşündürücü trajedileriyle doludur.

Çok kişiyle teması olan, gözlemci bir insan olarak Hak İlkesi'nin mükemmel işleyişini her farkedişimde farklı bir duygu kaplar içimi. Kendi yaptığım haksızlıkların sonuçlarıyla karşılaşmak söz konusu olsa bile, böylesi bir yasa nedense bana hep bir huzur duygusu verir. “Sonuçta hak yerini buldu” derken, kalbimizde hissettiğimiz serinlik de bundan olsa gerek.

Hakkın ve adaletin sembolü, İslâm Halifesi Ömer’le ilgili şu öykü insanı şaşırtır:

Çoğu geceler yaptığı gibi Halife Ömer işlerin yolunda gidip gitmediğini kontrol etmek için Mekke’de dolaşmaktadır. Bir ara kulağına müzik ve kahkaha sesleri gelir bir bahçeden. Usulca sokulur. Bir aralıktan içerde olup - bitenleri gözetler. Bir evin bahçesinde üç - beş kişi içki içmekte ve kadınlarla âlem yapmaktadır. Ömer, bu duruma çok hiddetlenir. Hışımına bahçeye atlar, onları suçüstü yakalar ve bu yaptıklarını herkese ilân edeceğini söyler. Aralarından biri onu uyarır. Tamam kendileri bir hata yapmışlardır, ama o da, Peygamber’in: “Hataları örtücü olun” sözüne uymamaktadır. Ömer, bu uyarıyı dikkate alır ve bir daha böyle şeyler yapmamalarını tembih ederek, onları bağışlar.

Hakkın ve adaletin sembolü olan Ömer bile, bir hareketiyle üç kere hak çiğnemiştir. Dışardan gözetlemekle onların gizliliğine, içeri atlamakla hususiyetlerine tecavüz etmiştir. Ve son olarak da, hatalarını herkese ilân etmekle tehdit etmiştir.

Bu açıdan, bir başkasının hakkını gasbenden bir kişinin küçük ya da büyük kendisi için iyi sonuçlar umması safdillik olmaz mı acaba?

Bu yüzden Kuantum Alanı’na gönderdiğimiz niyet ve istek enerjilerinin neler olduğunu doğru biçimde belirlemek ustalığı, arzu edilen sonuçları üretir.

3 – DÖNÜCÜLÜK İLKESİ

Her enerji, başladığı noktaya geri döner. Bu yasa, parçanın kaynağına kavuşması için bir çekim gücüne sahip olması anlamına gelir. Güneş, bütün

kâinata verdiğini geri alır. İnsan, kendi özüne doğru çekilir. Bu yüzden her enerji kaynağı, kendi niteliğine uygun bir karşı sonuç alacaktır. Buddha'nın "iyilik, iyilikten; kötülük, kötülükten doğar" sözü bu gerçeği vurgular.

Bu yüzden toprak toprağa, ruh da ait olduğu yere döner.

Dönücülük ilkesi, bumerang gibi, fırlatılan yere geri dönen bir işleyişin ifadesidir.

4 - SEVGİ DOLAŞIMI İLKESİ

Sevgi, tüm kâinatı ayakta tutan enerjinin genel adıdır. Varlıklar bu enerjiden beslenir ve gelişirler. Fiziksel olarak güçlenme ve ruhsal olarak gelişme etkisi, sevginin iki önemli fonksiyonudur.

Böylece sevgi, Tanrı'dan yola çıkarak, yine Tanrı'ya döner. Sevgi, aynı zamanda tüm kâinatı ayakta tutan güçtür. Sevgi enerjisi, dönüşüp değişerek her biçime girer. Sevgi renk olur, ses olur. Zamanın içinde de sevgi enerjisi vardır. Yeri gelir sevgi, güneş ışığı içindeki yedi renge dönüşür, renk olur. Yediğimiz gıdadan aldığımız enerji, aslında güneşten gelir ve o da bunu Tanrı'nın sevgisinden alır.

Bir araştırma sırasında kendilerine belli dozlarda öldürücü bir serum verilen fareler hızla hastalanırlar. Sonuç, deneyi yapanlarca tatmin edicidir. Fakat deneye katılan bir grup farede bu belirtilerin hiç biri görülmez. Kısa bir araştırma gerçeği ortaya çıkartır; o fare grubuna serumu enjekte eden öğrenciler, arada sırada fareleri sevip okşamışlardır.

Mutlu bir beraberlikleri olan ya da evli insanların, yalnız yaşayan bekârlara göre, daha uzun yaşadıkları ve sağlıklı oldukları gözlenmiştir.

Beslenme ve diğer bütün açılardan yeterli şekilde büyütülen, ama özellikle tensel yakınlık gösterilmeyen ve göz teması kurulmayan çocuklarda büyüme geriliği görülmüştür.

Sevgi, insanları güçlendiren, onlara cesaret veren bir etki yapar. Sevgi almak ve vermek, en temel evrensel ilkelerden biridir bu yüzden. Bu günlerde başarı pek fazla önemsenir oldu. Ama başarının ne olduğu konusunda doğru bir tanım yapmak çok önemli. Belki de en önemli insanî başarılarından birisi, sevmek ve sevilme yeteneğinin gelişmiş olmasıdır. Hatta belki de bu konuda bir eğitim kurumunun kurulması bile gerekir.

Sevgi dolaşımı için kendimizi bir ağaç gibi düşünebiliriz. Bir ağacın köklerinden beslenip büyümesi gibi, biz de sevdiklerimizden besleniriz. Bu yüzden bütün sevgi kaynağını bir kişiyle ya da bir şeyle sınırlamak yerine,

bunu yaymak ve genişletmek gerekir. O zaman biri bir şekilde elimizden gittiğinde, bize kalan diğerleriyle yolumuza devam edebiliriz.

Sevgi, yapısı gereği, mutlaka sevgi doğurur. Sevmek, ama bunun karşılığında sevilmemek, sevginin temel mantığına aykırıdır. Belki de o zaman ifade edilen şey, o kişinin sevgisi değil, Ego'su olmaktadır.

5 - EVRİM İLKESİ

Herşey kendi öz potansiyeline doğru bir gelişim gösterir. Herşeyin değişip - gelişmesi ilkesi, belki de hiç değişmeyecek tek şeydir.

Evrensel enerji bütün varlıları bu yönde destekler, iter ve onlara olanaklar sunar.

Bir tohumun kendi iç modeline uygun olarak gelişmesi gibi, insan da kendi içsel kurgusuna göre gelişmek eğilimi taşır. Bu gelişimi kimse durduramaz ve engelleyemez.

Bütün diğer insanî eylemler, bu temel enerjinin merkezinde hareket ederler.

Bu açıdan bakıldığında, iş, evlilik, eğlence, aile, seyahat ve diğer herşey evrimleşebilmemiz için kullandığımız araçlardan başka bir şey değildir.

İnsan daha iyiye, daha güzele, daha yararlı olana doğru sürekli bir atılım halindedir.

İnsanın kendi potansiyelini gerçekleştirmesi, yaratıcılığını, aklını, yapıcılığını açması için uygun bir sistem oluşturur bu enerji.

İnsan evrimi, yaşam deneyimleri yapmak, bu deneyler üzerine düşünmek, düşündüklerini ruhuna benimsetmek ve yeniden farklı şeyler öğrenmek için yeni deneylere girişmek şeklinde dairesel bir döngü izler.

Gelişen konik bir daire şeklinde, ulaşılmaz olana doğru yapılan bir yolculuktur evrim.

İnsan gelişemediğinde evrenin enerjisiyle bir uyumsuzluğa düşer. Bu yüzden içinde bir sıkıntı ve rahatsızlık hisseder.

Her günü bir öncekinden ileride olmak zorundadır bu yüzden.

Hani bazen bir filme gidersiniz. Film iyidir - hoştur, size çok güzel iki saat geçirir, ama sinemadan çıktığınızda içinde bir boşluk hissadersiniz. Merak edersiniz nedenini, biraz düşününce anlarsınız ki, film bir sabun köpüğü gibi parlayıp - sönmüştür. Size yeni bir anlam katmamıştır.

Anlam, aslında insanın ruhunun derinlerinde hissettiği en önemli arayıştır.

“Hayatın Anlamı” bu yüzden sabah kalkıp, giyinmek ve yaşama atılmak için elimizdeki tek “saik”tir. Bu anlamı herkes kendince doldurur. Kimi sevgilisiyle buluşmak

için aceleyle kalkar yatağından, kimi çocuğunu okula götürmek için, kimi işe gider. Çocuklar arkadaşlarıyla oynamak için yataktan aceleyle kalkarlar. Herkes için yaşamı değerli kılan neden farklıdır. Ama bir neden mutlaka vardır.

Yaşamı büyük bir angarya olarak gören, zorluklar ve sıkıntılarla yaşayan insanlar bile, bir gün herşeyin değişeceği umuduyla güne başlarlar. Eğer ruhumuzdaki bu gelişme arzusu olmasaydı, kimse yaşamayı değer bulmazdı.

6 – İRADELERİN ÇELİŞMEZLİĞİ İLKESİ

Kuantum düşünceyle, hayatınıza şekil verebilirsiniz, ama bir başkasını bir figüran gibi kullanacağınız senaryolarda başarısızlığa mahkûm olursunuz kaçınılmaz olarak. Çünkü iradeler birbirleriyle çelişerek ortak bir yaratım yapamazlar.

Ortak yaratım, iki tarafın da kazanacağı bir “kazan - kazan” zemininde geçerli olur.

Birçok kişi bana: “Oğlum için, kocam ya da karım için de bunları yapsam, onların şöyle şöyle olmalarını sağlayabilir miyim?” diye sorar. Ben de: “Hayır bu mümkün değil, eğer siz değişirseniz, onlara da değişimleri için bir fırsat yaratmış olursunuz. Sizin değişen enerjiniz onların da değişmesi için bir şans yaratır. Ama bunu kullanıp - kullanmamak tamamen onlara bağlıdır. Onların özgür seçimlerine.”

Eğer öyle olmasaydı, insanlar kişiliksiz bir robot durumuna indirgenmiş olurlardı. Bir kişi istemeden ona hiçbir şey yaptıramazsınız. Bu onun kişisel özgürlük sigortasıdır.

Biliyorsunuz: “Zorla güzellik olmaz.”

Zor ve güç kullanarak bir düzen kuran sistemler, sonunda çökmeye mahkûm olmuşlardır.

Evrensel bir ilkeyi görmezden gelerek bir düzen oluşturmanın mümkün olamayacağı, tarihin şaşmaz laboratuvarında açıkça, hem de defalarca kanıtlanmıştır.

RUHSAL KODLAMALAR

Ruhsal kodlamalar; evrensel ilkeler gibi, geri döndürülemeyecek, iptal edilemeyecek bir güce sahiptirler.

Derin ve etkili bir işleyişleri vardır. Bu kodlamayla uyum içinde olduğumuzun en önemli kanıtı, sevinç duygusunun bize eşlik ediyor oluşudur. Bir elma ağacı, meyve verdiğinde nasıl kendi varlığının doğal işlevini yerine

getiriyorsa, bir at nasıl dörtnala koştuğunda kendi varlık potansiyelini ifade etmiş oluyorsa, insan için de benlik kodlamalarına uyuyor olmak, kendi insanî potansiyelini ifade etmek anlamına gelir.

İşlevlerini yerine getiriyor pozisyonunda olmak; hafiflik, neşe, dinginlik, sağlık, yaratıcılık, sevgi ve doymuşluk duygularının açılımı anlamına gelir. İnsanın kendi Ruhsal Benlik Kodlamaları'na uyum göstermemesi durumunda ise; ağırlık, öfke, korku, güdükleşme ve ruhsal açlık duygusu devreye girer. Bu durum, çok basit bir benzetmeyle, acıkınca hissettiğimiz gerginlik ile doyduğumuzda yaşadığımız rahatlık hali arasındaki farktır.

Aşağıda size bu konuda önemli ipuçları verebilecek sekiz temel Ruhsal Kod'u sunuyoruz:

1- KENDİ MÜKEMMEL FORMUNA ULAŞMA İSTEĞİ

Her insan, kendi “Öz Benlik” formunu tamamlamak üzere içten gelen bir baskıya maruz kalır. Bu yüzden sürekli olarak gelişmek yönünde eylemlerde bulunur. Bu eylemin biçimi ve yönü, bütün insanlar için aynı olmamakla birlikte, her eylem ve seçim, temelinde bu kodlamayı barındırır.

Daha iyi, daha güzel, daha yüksek olma ihtiyacı bu temel kodlamanın eseridir.

Bu yüzden insan, kendini aşmak ve kendi potansiyelini açığa çıkarmak için sürekli bir çaba halindedir.

Bu çaba, dışardan bakıldığında, amaca hiç de uymayan bir eylemler dizisi gibi gözükabilir. Fakat davranışların gerisindeki istek izlendiğinde, kodlama meydana çıkar.

Örneğin, toplum tarafından kabul edilebilir ve topluma yararlı bir işte çalışma isteği, aslında bu kodlamanın açılımından başka bir şey değildir.

Ünlü, saygın kişilere duyduğumuz hayranlık ve saygı, bu çekilimin varlığını gösterir.

Bir insanın kendi mükemmel modeline ulaşma arzusu, bir meşe palamudunun, meşe olmak için gösterdiği devinimi andırır. Bazen bir ağacın, kökünün üzerine atılan betonu bile delip çıktığını görürsünüz. Bu baskı, bu mücadele, işte öylesine güçlü bir enerjiyle yüklüdür.

Her varlık, neyle kodlanmış ise, o olmak üzere atılım halindedir.

Bir tohum, özünde mevcut kodlamasına uygun bir gelişme gösterir.

Bir çınar kozalağından elma ağacı çıkmaz.

Bir kaplan, avını nasıl yakalayacağını, nasıl parçalayacağını kolaylıkla

öğrenir.

Aynı şekilde bir insan, hangi niteliklerle kodlanmışsa, sonunda öyle olur. Fakat diğer canlılardan farklı olarak insan, bu kodlamaya birebir uymak zorunda değildir. Bu içsel baskıyı erteleyebilir, durdurabilir ya da yönünü değiştirebilir. Ama tümüyle yok edemez.

Örneğin insan, sanki bu içsel modeli gerçekleştirmiş gibi davranabilir. Rol yapabilir. Çok sevecen, akıllı ve iyiymiş gibi gözükebilir.

Her ne kadar kısa bir süre sonra foyası meydana çıkacak olsa da, kendini gizleyeceğini, olmadığı biri gibi davranabileceğini sanır.

Ama hiçbir kedi, fare yakalayamadığı gerçeğini saklamak için plastik bir fareyle caka satmaz.

Fakat hiç bir şey sonuna kadar örtülü kalmaz, gerçek, er veya geç açığa çıkar. Halk deyişimiyle: “Yalancının mumu yatsıya kadar yanar.”

İnsanın kendi varlık çekirdeğinde saklı olan form, aslında Tanrı’da varolan niteliklerin benzeridir.

“Az Seçilen Yol” adlı o etkileyici eserinde Dr. Scott Peck, insan bilinçaltının aslında Tanrısal bir niteliğe sahip olduğunu söyleyerek sonuçlandırır düşüncelerini.

Ne var ki bu kod, insan için dayanılmaz bir ağırlık ve yüküdür.

Tanrı gibi olmak, onun yaratıcılığına ortak olmak, katlanılması zor bir sorumluluk verir insana.

Her eylemin sonucunu hesaplamak, düşünerek yaşamak, yanlışlarına sahip çıkmak. Kuantumsal kaosun ortasında yalnız ve tek başına olduğunu itiraf etmek, dayanılması başlangıçta güç gelen bir sorumluluktur.

İnsanın bütün hayatları boyunca belki de hiç kabul etmek istemediği bir gerçektir bu.

Bu yüzden insan kendine yapay sorunlar ve yapay sorumluluklar yaratır.

Kimi çocuğu - çocuğuyla bütünleştirir kendi yaşam sorumluluğunu. Kimi sevgilisi, kimisi de patronuyla.

Ya da küçük problemlerle bir oyuncak gibi oynamak ve oyalanmak yolunu seçer.

Kur’an’da bu sorun olağanüstü bir mükemmellikte dile getirilir: “Biz, emaneti yeryüzüne ve gökyüzüne teklif ettik, onlar reddettiler. İnsan onu yüklendi. Çünkü o çok cahil ve zalimdi.”

Burada sözü edilen emanet, Tanrı’nın yaratıcı niteliğidir.

Seminerlerin bir bölümünde, dramatik bir sahne oluştururuz. Bu sahne,

insanın tümüyle kendini gerçekleştirme kararına karşı geldiği ve kendisinden başka hiçbir gücün olamayacağını itiraf ettiği andır. Artık bu sözleşmeden sonra, mazareti kalmaz.

Aynı zamanda bu karar, tam bir özgürlük duygusunun içimizde esmeye başladığı özel bir andır.

Sanki zaman durur. Ortada etkili bir sessizlik hüküm sürer. Yüzlerdeki anlam değişmiştir; daha bir vakur, daha bir ciddî, daha bir güzel olur ifadeler.

İnsan, sorumluluğunu tümüyle kendi üzerine alarak kendi kendisiyle cenge girdi mi, bütün evren de onunla işbirliğine girer.

Sorumluluğu bir kez üzerine alıp; anne-babasından, geçmişinden ve kötü talihinden şikayeti bırakınca, işler sandığından da kolay olacaktır.

2 - ÖZGÜRLÜK KODLAMASI

İnsan, seçimlerinde özgürdür. İyiyi ve kötüyü seçmekte özgürdür. Bu özgürlük, insanın en önemli dokunulmaz haklarından biridir.

Yanlış yapabilme hakkına sahiptir insan. Hatta bu, onun en büyük ayrıcalıklarından biridir.

İnsanın başkaldırma yeteneği, onu diğer varlıkların üstünde bir yere koyar.

Çünkü akıl, ancak bu şekilde serbestçe gelişebilir.

Şu dinsel öyküde bu farklılık çok açık bir şekilde belirtilmiştir: Tanrı, meleklerle insanı yaratacağını müjdeler. Hepsi çok sevinirler. Sonra Tanrı, yarattığı bu varlığın, evrenin ilkelerine aykırı davranma özgürlüğüne sahip olduğunu bildirir onlara. Bu kez hepsi derinden üzülmeler. Ve ona “biz, hiç şaşmadan ve sapmadan senin düzenine uyum gösteriyoruz. Neden böyle birşeye gerek duydun?” diye sorarlar. Bu kez Tanrı: “Fakat o, tam da bu yüzden yaratılışı ile seçimleri ve deneyleri sonucunda kötülüğü özgürce seçerek oluşturduğu akılla iyiyi ve güzeli yaratmada benim gibi olacak” diye ilâve eder. Bu kez hepsi Tanrı’nın bu olağanüstü planı karşısında, hayranlıkla secde ederler. Ve insanın evrim koşusu başlar.

Sorumluluğun kardeşi olan özgürlük, ateşten bir gömlek gibidir. Kimse o gömleği giymek istemez. Çünkü o zaman kendi hayatınıza sadece kendiniz anlam vereceksiniz demektir. Kimsenin sizin adınıza düşünmesine gerek kalmayacağı bir alandır özgürlük. Belirsizliğe şekil vermek demektir. Bu özgürlükten kaçış duygusu, her türlü otoriteye, insanın niçin büyük bir uysallıkla boyun eğdiğini açıklar bir anlamda.

Güvenlikle özgürlük arasındaki o gel gitler insanlık senaryosunun temel motiftir.

O yüzden “ne yapmak zorundayım?” sorusu yerine, “neyi yapmayı seçiyorum?” sorusu özgürlüğe götüren en temel sorudur.

Özgürlük, insanın Öz Benliği’nin en önemli kodlamalarından biridir.

Bu kodlamayla uyum içinde olduğunda insan mutludur. Aksi halde sıkıntılı, öfkeli ve umursamaz bir ruh hali içine girer.

“Özgürlükten Kaçış” adlı eserinde Erich Fromm, günümüz insanın özellikle ekonomik olarak tüketime yönlendirildiğini, böylelikle zamanının büyük bir bölümünü reklâmlarla pompalanmış aşırı tüketim hırsını giderebilmek için, çok çalışmakla geçirdiğini belirtir. Bu hırsın güdülediği bir insan, kendi iç sesine sağırlaşacak ve sistemin içinde, tüketim çarkının küçük bir dişlisi haline gelecektir.

Özgürlük, öncelikle gerçekten ne hissettiğinin farkına varmakla başlar.

Duygularınızın farkına vardığınızda, ne istediğinizin bilincinde olursunuz.

Sonra da gerçekten neye ihtiyacınız olduğunu anlarsınız.

Sözün burasında, gerçekten neyi istediğini bilen bir adamın öyküsünü anlatmalıyım:

Çok zengin bir Amerikalı iş adamı, bütün bir yıl çalışıp yorulduğundan, tatil yapmak üzere övgüsünü duyduğu şirin bir sahil kasabasına gider. İçkisini yudumlayıp, şezlongunda güneşlenirken bir balıkçı dikkatini çeker. Adam, sabahın erken saatinde küçük sandalıyla denize açılmış ve birkaç saat sonra teknesinde yakaladığı balıklarla kıyıya dönmüştür. Hemen oracıkta kendisini bekleyen alıcılara balıklarını satar. Bir yandan da onlarla yarenlik eder. Sonra kazandığı parayı alır ve biraz ilerideki restorana gidip, arkadaşlarıyla güle oynaya, içkisini içer, yemeğini yer. Amerikalı, bir kaç gün durumu izler. Ve bir gün çok bilmiş iş adamı tavrını takınarak adama akıl verir. “Sen daha çok kazanabilirsin!” der. Balıkçı: “Nasıl?” diye sorar sormaz da atılır: “Bak şimdi, önce bankadan kredi alıp, bir balıkçı filosu kurarsın. Dolayısıyla çok balık yakalarsın.”

Bakalım bunun arkasından ne çıkacak diye merakla: “Sonra?” diye sorar

balıkçı: “Sonra büyük bir şirket kurarsın. Şirketin hisselerini borsada

pazarlarsın.” “Eee, daha sonra?” diye sorar balıkçı, “ne olacak sonra,

dünyanın diğer yerlerindeki benzer şirketlerle birleşirsin” der Amerikalı

işadamı: “Eee, daha sonra?” diye yine sorusunu yineleyince, işadamı biraz

kırgın devam eder: “Ne olacak? Daha sonra da güzel bir sahil kasabasında

balık tutar, danseder, arkadaşlarıyla eğlenirsin.” Balıkçı umursamaz bir

tavırla ekler: “Ben zaten şu anda bu dediklerini yapıyorum. Bu kadar zaman

harcamaya ne gerek var peki?”

3 - ORİJİNALLİK VE ÖZGÜNLÜK

Her insan, tek ve biricik olmak ister. Başkalarından farklı, onlara benzemeyen bir yönüyle tanınmak ister. Bu aslında onun Öz Benliği’ndeki kodlamalarından biridir.

Farklılık ve çeşitlilik, doğanın kendisinde mevcuttur aslında.

Her bir kum tanesinin kiristalleri, diğerinden farklıdır. Bir ağacın bütün yapraklarının rengi ve biçimi bile farklıdır.

İnsanın özgünlüğü, sadece onların yüzlerine baktığımız zaman bile açıkça farkedilir. Hiç birinin ifadesi, bir diğerine benzemez. Hatta, ses tonları, parmak izleri bile farklıdır.

İnsan, bir yandan bütün çevresindekilerle bütünleşmek ve bir olmak isterken; diğer yandan da kimseye benzememek, biricik olmak için çaba sarfeder.

Özel bir isme, toplumda sadece kendisine ait bir yetenekle anılmaya, büyük ihtiyaç duyar.

“Sen benim kim olduğumu biliyor musun?” çılgılığı bunun negatif bir ifadesidir.

Kendi tarzını oluşturma ve bir stil belirleme trendi artarak herkesi sarmakta. Bireysellik, tek olmanın ve biricik olmanın tanımlaması.

Klan olarak yaşama biçiminden, bireyselliğe giden yolda insanlık epey yol katetti.

Bir klan üyesi, kendini o klanın totem hayvanıyla özdeşleştiren bir varlıktır. Bir kralın tebası olmak, onun yönetiminin basit bir malzemesi olmaktan öte bir anlam taşımaz.

Bir padişah ya da kral, tebasından herhangi birinin ölümüne karar verebilir. Bütün haklarını elinden bir çırpıda alabilir. Bir gün vezir yaptığı birinin, bir başka gün kafasını uçurtur.

Bir ideolojinin katı sistematğine göre kurulmuş ülkelerdeki insanlar, o ideolojiye göre düşünmek zorundadırlar. Bunun dışına çıkmak şiddetle cezalandırılır.

Kişiler “yoldaş” ya da başka bir sözcük başlığında toplanırlar. Ama asla birey değildirler.

Toplum öyle düşündüğü ve inandığı için, bunu taklit eden biri, kalabalıkların arasındaki belirsiz bir yüz olarak kalır.

Oysa birey olmak, kendine özgü dünya görüşünü, kimliğini ve kişiliğini kendi çabasıyla oluşturan bağımsız bir insan olmak demektir.

Dünyaya kendi özel rengini katan ve sesini veren insan orijinalliğıyle insanlık senfonisine kendi özgün melodisini sunar.

Ancak böyle olduğunda ya da buna yaklaştığında Öz Benlik ile uyumdan doğan esenlik duygusunu derinden hisseder insan.

4- ZORLUKLARLA MÜCADELE ETMEK

Ruhsal kodlamalar, insanı zorluklarla mücadeleye yönlendirir. Çünkü zorluklar ve engeller,

Öz Benlik'te saklı bulunan güçleri açığa çıkarır.

Bir eli yağda, bir eli balda yaşayan kişilerin şımarık, çıtkırıldım ve tatminsiz oluşları, aslında bı gerçeğin onayı gibidir.

Ne kadar çok zorluklar ve sınanmalarla karşılaşır, kişi o denli güçlü ve bilge olacaktır.

Herşeyin yolunda gittiği, başınızın bile ağrımadığı bir yaşam, giderek içinizdeki boşluğu büyütür.

Oysa zorlukların yarattığı gelişme duygusu, insana bir hoşluk, olgunluk ve tevazu kazandırır.

Bir gün okuduğum bir gazete haberi, bana değişik duygular hissettirmişti:

Haber, ünlü bir demir tüccarının oğluyla ilgiliydi. O genç, arkadaşını bir kız meselesi

yüzünden öldürmüştü.

Çocuğun annesi, ağlamaktan şişmiş gözleriyle gazete haberinin bir köşesinde gözüküyordu. “Onun her dediğini yaptık. Bir dediğini iki etmedik. Ama şimdi anlıyorum ki, hata etmişiz” diyordu konuşmasında.

Yıllar önce kendisine, çalıştığım derginin tanıtımını yapmak için gittiğim bu demir tüccarı, biraz alaycı bir ifadeyle “siz bunlarla mı uğraşıyorsunuz” türünden bir şeyler söylemişti. Belli ki onun değer sıralamasında zenginlik ön plandaydı ve oğlunun mutluluğu için de bunun yeterli olacağını düşünüyordu.

5- SAFLIK VE TEMİZLİK

İnsanın özü, saflık ve temizlikle yoğrulmuştur. Bebeklik çağı bu saflığın en güzel ifade edildiği dönemdir.

Her insan uyurken masum ve saf bir yüz ifadesine bürünür. Ego ne yaparsa yapsın, bu Öz'ü etkilemez. Ona leke süremez.

Öz, her zaman temiz ve bozulmamış olarak kalacaktır.

6- SADELİK, SÜKÛNET VE DÜZEN

Sadelik ve sükûnet anları, insanın kendi iç sesini dinleyebileceği özel zamanlardır. Ancak dış sesler en aza indiğinde beyninizin duyulmayan

sesini işitebilirsiniz.

Bu yüzden sık sık kendinize yalnızlık zamanları ayırmalı ve kendi kendinizle sohbet etmelisiniz. Onun size ulaştırmak istediği düşüncelere ihtiyacınız olacaktır.

İçinde yaşadığınız mekânlar da fazlalıklardan arınmış olmalıdır. Kendi varlığınızın rüzgârı o mekânda rahatlıkla esbilsin diye.

Düşüncelerinizde de sadeliğe ulaşabilirsiniz. Gereksiz kuruntulardan ve vehimlerden zihninizi arındırmakla, enerji anaforlarından kurtulmuş olursunuz.

Konuşurken de sadelik kodlamasını kullanın. Ne çok, ne az; gerektiği kadar sözcük kullanın.

Sık sık “es”ler verin konuşmanıza. Bu bekleme anlarında kendi iç sesinize yabancılaşmamış olursunuz.

7- MİZAH

“Bir kahkaha bir pirzolaya bedeldir” sözü çok doğrudur. İnsan güldükçe şarj olur. Enerjiyle dolar.

Yaşama sık sık komik yanlarından bakmak bir hafiflik duygusunu verir. Sık sık gülecek vesileler yaratmak Öz kodlamaya uygun olduğunuzun belirtisidir.

Bu yüzden insanlar para verip, kendilerini güldürecek insanları seyretmeye giderler. Yine bu yüzden, güleryüzlü insanların çevresi hemen kalabalıklaşır.

Gülmek, insanın zekâsını açar. Yaratıcı fikirler daha bol akmaya başlar.

Mizah, “yaşama farklı açılardan bakabilme yeteneği” demektir bir yandan.

Normal, doğal karşılanan şeylerin gerisindeki komik öğeleri yakalamayı sağlar.

8- SANAT DUYGUSU

“Müzik ruhun gıdasıdır” sözünü “sanat ruhun gıdasıdır” şeklinde söylemek de mümkün.

Çünkü insanın Öz’ü estetik ve güzellik kodlamalarıyla sabitlenmiştir.

Gerçek sanat eserleriyle beslendikçe, kendimizi yüce, iyi ve asil hissetmemiz bu yüzden.

Özellikle de sanatı bizzat yaparak. Şarkı söylerken, ses tellerinizle beraber ruhunuz da titreşir.

Kolkola girip dans ettiğinizde, evrenin salınımına katılmış olursunuz. Bir kile şekil verirken ya da bir tuvale renkleri aktarırken ise, bu kez de yaratıcılık oyununa dahil olursunuz.

KUANTUM

DÜŞÜNCENİN KAYNAKLARI

Einstein, ilginç bir adamdı. “Eğer bir ışık demetinin üzerine binmiş olsaydım, acaba dünya nasıl görünürdü?” gibi, daha önce hiç sorulmamış bir soruyu sorarak, İzafiyet Teorisi’ne uzanan bir süreci başlatmıştı. Sorular, doğru ve etkileyici bir biçimde düzenlendiğinde, can alıcı sonuçlara ulaşmamızı sağlarlar. Sokrates de bir tür doğru soru sorma ustasıydı. Sokaktaki insanın bile uygun sorular sorulduğunda, eğer korkmadan düşünmeye yanaşırsa, her konuda olağanüstü bilgeliklere uzanabildiğini kanıtlıyordu. Sokrates, buna “doğurtma” ismini vermişti. Aslında bu işlem, her insanın bilgelik kaynaklarını içinde barındırdığının açık bir göstergesiydi.

Einstein, bir gün başka ilginç bir soru sormuştu: “Neden en güzel buluşlarımı traş olurken yapıyorum?”

Bu soru, tam da ona yakışır bir şekilde safiyane sorulmuştu. Ama, bizim sezgisel ilhamlara en açık olduğumuz pozisyonlarla ilgili önemli bir ipucu veriyordu. Kendimizden en uzakta olduğumuzda, kendimize en yakın durumda olmak gibi bir paradoksa götürüyor bizi bu mantık.

Kendinizden en fazla ne kadar uzağa gidebilirsiniz? Ya da soruyu başka bir şekilde sorarsak: “Değişik bilinç katmanlarına ulaşmak ve orada yaratıcılığın kaynaklarından beslenmek için

başka ne gibi yöntemlere başvurabiliriz?”

Sözcüklerin ve onları söyleme biçimlerinin insanın bilinçaltında oluşturduğu olağanüstü etkiyi ilk farkedenden kişilerden birisi Türkiye’de Dr. Bedri Ruhselman’dı. Onun öğrencileri hipnoz ve etkileri konusunda bir çok çalışmalar yaptılar. Bu gelenek, Mevlana ve Yunus gibi, en doğru soruları sormuş, kendini aşmış ve gerçek anlamda kendini gerçekleştirmiş insanların yaşadığı bu topraklar için, pek de sürpriz olmamalı. Ama insanın içini burkan, hatta biraz da öfkendiren duygu: “Yabancıysa iyidir” inancının bizi ne derece tahrip edici olduğunu farketmek.

Kuantum Düşünce Tekniği’nin kaynakları, bu yüzden, yüzlerce yıllık Tasavvuf geleneğimizin ve sipirtüel çalışmaların imbiğinden süzülerek oluşuyor. Diğer yandan, tabii ki daha bir çok bilgi ve yöntemden besleniyor. Kişisel gelişimle ilgili bir çok kitabın, Mevlâna’dan alıntılarla dolu olması çok gururlandırıcı.

Ben, belki de çok iddialı bir biçimde, birçok araştırmacının yakında Türk insanından ve bu kültür mirasının ışığından yararlanmak üzere Türkiye’ye gelecekleri kehanetinde bulunuyorum.

Nitekim, Türkiye’de olduğundan daha fazla miktarda Amerika’da Mevlâna araştırmaları yapan enstitülerin olması boşuna değil.

Kuantum Düşünce Tekniği, Ortak Bilinç düzeyine inildiğinde, soruların yanıtlarını, içinde barındıran bir ALAN’ın bilgisinden yararlanır.

Bu alan, insanın ve evrenin bilgelik enerjilerinin birleştiği noktadır. Eğer doğru soruları sorarsak, her insanın bilgelik merkezi de bütün iştahıyla harekete geçer.

BU SAYFAYA LADYBİRDS YAYINLARININ İLANI GELİCEK

KUANTUM DÜŞÜNCE TEKİNİĞİ BİREYSEL

Kişiye özel yapılan bit çalışma tam gün bir çalışmayı içerir. R. Şatıal ve Işık Elçi önderliğinde, eğitmenlerinin de desteği ile uygulanan Kuantum Teknikleri doğrultusunda kişinin kendi hayatının efendisi olması ve kendi gücünü yüzde yüz kullanıp hayatının her alanında yaratıcı düşünceyi aktif hale getirmesini amaçlar.

Kişinin, hayatından çıkarmak istediği tüm olumsuz düşünceleri olumluya dönüştürme, bağımlılıklardan arınma, oluşturmak istediği kimlik ve hayatın tümünde bolluk-bereket-sağlık ve huzuru sağlama konularında hızlı, ve kalıcı bir çalışma programıdır.

Kişi, sınırlayıcı, engelleyici düşünce kalıplarını fark edip bunların yerine güçlendirici inançlarını koyduğunda hayatı bu yeni inançların doğrultusunda değişmeye başlayacaktır. Onun için en uygun kişi, en uygun imkan, en uygun zamanda karşısına çıkacaktır. Yapması gereken şey uzanıp onu almaktır Kendini tanımaya, başkalarını anlamaya, evrensel sistemin işleyişini fark etmekten doğan bilgeliğe ulaşarak beden enerjisini de düzene sokar. Kişiler daha güçlü canlı ve güzel olurlar. Hayat misyonunu fark edip ona adım adım ulaşmak yönündeki çabaları artar.

Özetle yaşamın temel amacı olan sevinç duygusunu yüreğinde hisseder.

KDT Bireysel çalışmalarında; korku ve fobilerin giderilmesinde, alkol, sigara, yemek bağımlılığı konularında, çatışmaların çözülmesinde, sınav stresinin çözülmesinde,

konuşmada ritm bozukluklarının giderilmesinde, strese bağlı performans düşüklüğünün aşılmasında büyük katkı sağlar.

Aynı zamanda Kuantum İyileşme yönünde imkanlar da sağlar. Bel ve bıyın fıtıkları, astım, diyabet, gastrit, reflü, deri hastalıkları, sedaf, egzaman, vitiligo, baş ağrısı , migren, ayakta dolaşım bozuklukları, skolyoz, gibi hastalıklarda Kuantum Tekniği iyileşmede çok güçlü destekleyici etki yapar.

HOLİKUANTUM

R.ŞANAL

Az zamanda keyifli ve kalıcı öğrenmenin yeni yolu.

Eskimiş yöntemlerle öğrenmeye harcayacağınız zamanı artık istediğiniz şekilde kullanabileceksiniz

Amaç: Çocuğun tüm bilinç düzeyleri ve öğrenme stiline uygun bir şekilde, hızlı, yoğun kolay ve kalıcı öğrenmesini sağlamak.

Araçlar: Öncelikle çocuk tek başına bir varlık değildir. Ailesinin ve çevresinin ürünüdür. Bu bağlamda öncelikle ailesinden miras aldığı temel düşünce kalıplarının irdelenmesiyle başlanır Kuantum Öğrenme sürecine. Bu kalıplar değiştirilip dönüştürülmeden öğrenme konusundaki motivasyonunun oluşması mümkün olmaz.

Örneğin bir çocuk babasının çaba gösterip uğraşıp sonunda başarısız olduğunu gözlemlemiş olsun. Ona ders çalışmasını söyleyenlere kafa sallayacak ve hatta bunu yapmaya çalışacaktır.

Fakat bilinçaltında şöyle bir inancın olduğunu fark etmesi gerekir belki de, „ çalışıp da ne olacak ki sonunda? işte babamın hali meydanda.“

Ya da bir başkası sınava çok sayıda kişinin gireceğini bu yüzden kendi şansının çok az olduğunu düşünebilir.

Bu sebeple de motivasyonu düşük olacaktır.

Bütün bunlar sadece zihinsel çarpıtmalardır ve yine zihinsel çalışmalarla değiştirilerek çocukta motive olmuş bir yeni durum yaratılabilir.

Bir sonraki adım çocuğun öğrenme stilini ve zeka türünü tespit etmektir. Eğitimin buna göre düzenlenmesi başarıyı garantileyecektir. Oysa şimdi çoğunlukla bu iş çocuğun el yordamıyla kendi öğrenme stilini bulmasına bağlıdır.

Ayrıca herkesin bir zeka türü vardır. Kimisi müzik zekasına sahipken, kimi de sosyal zekaya sahiptir.

Öğrenme süreci herkesin bu farklı zeka türünün bilincinde olarak yapılmalıdır.

Holikuantum model işte bu noktaya önem verir.

Bir sonraki süreç anlatımın beynin her bir bölümüne uygun şekilde düzenlenmesidir.

Holikuantum Modeli tamamen özgün ve denenmiş bir model olup R. Şanal tarafından oluşturulmuştur.

Kuantum metodu yeni Çağın bütüncül (Holisitik) yaklaşımına uygun olarak düzenlenmiştir.

Biz, yeni kavramlardan oluşmuş yeni metotları uygulayan bir kurumuz.

Bu konuda çocukları için, onların gelecekleri ve mutlulukları için bizimle işbirliği yapmak isteyen anne babalarla harika işler çıkaracağımızı biliyoruz. Farklı olmak ve şaşırtıcı sonuçlar almak için Kuantum Öğrenme Modelini uygulamak istiyorsanız bizi hemen arayın.

Eğitim başlıklarımız ve içeriklerimiz, bireysel çalışmalarda uygulanan teknikler R.Şanal ve Işık Elçi'nin kendi özgün metodlarıdır.

KUANTUM KURUMSAL

Kuantum Düşünce, düşünme biçimlerinde yeniden ve Temelden yapılanmayı sağlayan teori ve uygulamaları içerir.

Kurumların ve şirketlerin aklını yeniden oluşturmada işe yarayan köklü değişimleri tetikler.

Liderlik, üretim, verimlilik, ekip uyumu, gibi konularda Kuantum yaklaşımın yarattığı fark kendiliğinden ve Şaşırtıcı bir biçimde oluşur.

Kuantum fiziğinin insan davranışlarına uygulama biçimi olan Kuantum Düşünce, reel planda yaratıcı değişimler meydana getirir.

Kuantum düşünce, akli yeniden kurarak hayatı yeniden kurmanın yöntemleri verir.

Kaos, belirsizlik, risk dönemlerinde değişim için fırsat yaratır.

Sürdürülebilir, kalıcı, ekolojik ve insancıl ekonominin temel paradigmasını sunar.

***Kuantum Düşünce ve Yaşam Merkezi
Sevimli Sok. No:9 Büyükdere - İstanbul
212 271 45 54 - 536 733 26 91
www.kuantumdusunce.com***